

İÇİNDEKİLER

Giriş	1
Shamballa Çok Boyutlu Şifa ; John Armitage	3
Shamballa'ya Bakış	4
Shamballa Çok Boyutlu Şifa Sistemi Nedir ?	5
Reiki'nin Dr. Usui'den Önceki Hikayesi	6
Terimlerin Tanımlanması	7
Yükselmiş Üstatlar	9
Mahatma Enerjisi	10
Spiritüel Bir Uygulama Olarak Shamballa ÇBŞ	11
Çakra Sistemi	12
Çakra Dengeleme Yöntemleri	19
8 – 12 Çakraları Aktive Etmek ve 8 – 12 nci IŞINLARI Getirmek İçin Meditasyon	21
Süptil Bedenler	24
Meridyenler	25
Enerjilenme İçin 40 Nefes Meditasyonu	26
Beyin Dengeleme	26
Şifa Seansları	28
El pozisyonları	32
Şifa Etikleri	51
Uyumlama Nedir ?	52
Fiziksel beden, Enerji beden ve Duygusal beden	53
Gümüş Mor Alev	56
Bu Varlıklar kimdir ?	57
EK : Çakralar İle İlgili İlave Bilgiler	61
Tavsiye Edilen Kitaplar	68

GİRİŞ

Ellerle şifa verme sanatı çok eskidir. İnsanlar bunu zamanın başlangıcından beri yapıyor. Hasta olan veya yaralanmış bir insanın üzerine ellerinizi koymak doğal bir içgüdüdür. Anneler bunun bir örneğidir. Bir çocuk incindiği zaman anneler ellerini incinen yere koyar. İnsan dokunuşu şifa veren özen ve sevgi iletir. Elleri ve uzaktan şifayı kullanan enerji şifasının bir çok sistemi vardır. Bunların hepsi evrene ve tüm realiteye nüfuz eden evrensel yaşam gücünün veçheleridir. Bu enerji bir çok isimle bilinir, prana, mana, chi, orgon enerjisi, bioenerjisel plazma, ilahi nefes, kozmik nabız, ruach, hayati ateş vs.

Bu enerji Shamballa – Çok Boyutlu Şifa uygulayıcıları tarafından kullanılan doğal bir enerjidir. Shamballa – ÇB – Şifacısı bu enerjiye daha güçlü bir şekilde ulaşır, çünkü onun aldığı uyumlamalar bedeninin enerji kanallarındaki blokları temizler. Uyumlamalar ayrıca şifacının kendi yaşam enerjilerini artırır ve kişiyi Shamballa – ÇB – Şifanın kaynağına bağlar. Bu kaynak şifacının istediği herhangi bir şekilde adlandırılabilir, Tanrıça enerjisi, Tanrı, ilk Kaynak vs. Shamballa – ÇB – Şifa herhangi bir din ile ilişkili değildir, bu nedenle kaynağı istediğiniz gibi adlandırabilirsiniz.

Uyumlama işlemi bir şifa seansı değildir. Uyumlama ile kişi Kaynak'tan büyülü bir armağan almış olur. Shamballa – ÇB – Şifayı aldıktan sonra tüm yapmanız gereken ellerinizi kendi üzerinize veya başkasına koymaktır, Shamballa - ÇB – Şifa enerjisi akar.

Uygulama yapmaya başladığınızda, daha önce hiç görmediğiniz veya hissetmediğiniz şeyleri deneyimleyebilirsiniz. Bazıları diğerlerinden daha çok şeyler hisseder. Bazıları hiçbir şey hissetmez, ancak yine de enerjiye kanallık yapar. Ellerde sıcaklık hissedilebilir. Ellerinizi kendinize veya başkalarına koyduğunuz her seferinde enerji oradadır.

Enerjileri aktarmak için, uygulayıcı şifanın gerçekleşmesine niyet ederek ellerini iyileştirilecek kişinin üzerine koyar ve enerji akmaya başlar. Enerjiler zekidir, çünkü Evren çok zeki bir yerdir. Enerji nereye gideceğini, ne yapacağını bilir; oraya gider ve daha yüksek zeka tarafından yönlendirilir. Enerji kendi akışını yönlendirir. Uygulayıcıdan tam hastanın gereksinim duyduğu miktarda enerji çekilir. Tüm bunlar şifacının direkt bilinçli müdahalesi olmadan gerçekleşir. Şifacının işi yoldan çekilmek, şifa yerini açık tutmak ve bundan sonra ne yapacağını işaretlerini gözlemek/dinlemektir.

Shamballa her şeyi iyileştirme yeteneğine sahiptir, çünkü realitenin temel seviyelerinde çalışır. İyileştirme yeteneği orada olsa bile, bu her zaman gerçekleşmez. Limitlerin, hastanın eskiyi bırakma, ve değişimi ve iyileşmeyi kabul etme istekliliğine bağlı olduğu görülüyor. Bu içerikte, iyileşme sözcüğü geniş çapta kabul edilenden farklı bir anlam taşımaktadır. Daha geniş olarak kabul edilen anlamın, belirtilerin iyileşmesi olduğu görülüyor. Shamballa uygulamasındaki diğer anlam daha büyük bütünlülüğe geri dönmektir. Her birimizin sahip olduğu ideal bir form vardır, bu ideal kim olduğumuzun daha yüksek ve daha berrak ifadesidir. Ağrı veya hastalık kişinin şu andaki formu ile ideal formu arasındaki sapmadan/ayrılıktan kaynaklanır. İyileşme hastanın formunu ideal forma daha yakın hizaya getirmektir.

İdeal formumuzdan ayrılıklar yaşamlarımızda sınırlılıkları kabul etmekten gelir. Bunun çoğu erken çocukluğumuzdan gelir, çünkü yaşam ile ilgili en açık ve meraklı olduğumuz yer burasıdır. Bir sınırlama belki bir anne babanın "SESSİZ OL !" diye bağırması olabilir, çocuğun konuşmamayı öğrenmesi için yeterli zamanlar. Bir başka sınırlama, fiziksel bir yara iyileştikten sonra aksamının devam etmesi veya hayalet ağrıların olması olabilir. Sınırlamalar davranış modellerini, yemek yeme modellerini, fiziksel sınırlamaları, imgelenen fiziksel sınırlılıkları, var olmanın psikolojik, zihinsel veya duygusal yollarını, kişisel ben'imizin daha yüksek ifadesi ile uyum içinde olmayan ifadeleri içerir.

Herhangi bir şifada, amaç sınırlamaları bulmaktır, modeli tanımak, nereden geldiğini bulmak ve onu salıvermektir. Shamballa ÇBŞ hastanın her şeyi görebilmesi için yukarıya

adım atmasına (metaforik olarak) yetecek enerjiyi sağlayarak ve onu bırakma cesaretine sahip olmasını sağlayarak bunu kolaylaştırır. Yaşamlarımız aktivite modellerinin sürekli bir akışıdır. Bazen kişinin iyileşmeyi bloke ettiği olur. Bu, çoğunlukla buna inanmadıkları zaman gerçekleşir. Her zaman, önce iyileştirmek için kişinin iznini almalısınız. İzin onların buna açık olacağı anlamına gelir. Unutmayın, bütün olup olmamayı seçmek iyileşecek olan kişiye bağlıdır. Bu sınırlı ifadedeki bu modellere yapışıp kalmak veya eski modelleri bırakıp kişisel daha yüksek ben ile uyum içinde olan yeni modelleri denemek her bireyin kendi seçimidir.

Shamballa - ÇB - Şifa sadece şifa uygulayıcıları olmak isteyenler için değildir, o ayrıca kendilerini bütün yapmak isteyen insanlar içindir. Shamballa - ÇB - Şifa uyumlamaları kendinizi fiziksel ve spiritüel olarak iyileştirmenizi mümkün kılar. Alışkanlıkları ve bağımlılıkları kırmanın çok faydalı bir yoldur, kendinizi zihinsel ve duygusal seviyede iyileştirirsiniz. Uyumlama aldıktan sonra her gün kendinize enerji vermek iyi fikirdir.

Bir problemi çözmek için Shamballa - ÇB - Şifayı kullanmak çoğu zaman diğer problemlerin de çözülmesini sağlar. Ağrı çoğu zaman bedende hastalığın bulunduğu yerden tamamen farklı bir yerdedir. Örneğin, baş ağrıları çoğu zaman duygusal stresten kaynaklanır. Baş ağrısını iyileştirmek duyguları da iyileştirir. Shamballa - ÇB - Şifa uygulayıcıları olarak fiziksel bedendeki hastalıkların çoğunun kaynağının duygusal ve zihinsel bedenlerde olduğunu bilmeliyiz. Eğer nedenin kökünü iyileştirecek, etkisi basitçe ortadan kalkar. Şifacılar olarak insanları konuşmaya teşvik etmeliyiz. Bunu yaparak, hastalıklarının kaynağını keşfetmelerine yardımcı olabiliriz. Bazı korkunç hikayeler dinleyebiliriz, ancak onlara reaksiyon göstermememiz gerekir. Kendimizi severek korku enerjisini sevgiye dönüştürmeliyiz. Bu gerçekten onlara sevgi dolu destek verdiğimiz anlamına gelir.

Hastaya kendi sürecinden geçmesine izin vererek, onlara neyin yanlış gittiğini keşfetmeleri için izin veririz. Bu, geçmiş yaşamlardan da kaynaklanabilir. Eğer kişi duygusallaşmaya başlarsa ve bununla başa çıkmak için deneyimli değilseniz, sadece Shamballa - ÇB - Şifa rehberlerinden size yardım etmelerini isteyin. Sakin kalın ve evren her şeyi halledecektir. Salıveristen sonra hastanın oldukça büyümüş olacağını bilin. Shamballa - ÇB - Şifacı olarak kavranılacak bir başka şey, her zaman insanları iyileştirmenin mümkün olmadığıdır, çünkü muzdarip oldukları hastalık belki de onların ruhlarının bu yaşamdaki amacının parçasıdır. Eğer durum bu ise ve ölüm gerçekleşirse, bilin ki ölüm de bir şifa işlemidir. Ölüm genellikle doğmaktan çok daha az travmatiktir ! Modern toplumlar ölümün her yerde gerçekleştiği gerçeğini inkar etmeye çabalar. Onlar eğer onu inkar ederlerse, bunun gerçekleşmeyeceğini düşünürler. Ölüm her yerde, her gün gerçekleşir. Onun sadece bir geçiş olduğunu kavramalısınız. Bu çağda, ölümden yükseliş işlemi ile kaçınılabilir. Bu ışık olma işlemidir ve boyutsal değişim ile uyanmış ve bilinçli kalabilmektir.

Yaradılışın tohum mavikopyası bütünlüktür ve bütünlük Sevgidir. Shamballa - ÇB - Şifa sevgidir, Shamballa - ÇB - Şifa gevşetir ve gençleştirir. Bazıları Shamballa - ÇB - Şifanın kaybedilmiş organları geri getiremeyeceğini veya doğuştan olan doğum hatalarını düzeltemeyeceğini söyleyecektir. Bunun sistemi sınırlandırmak olduğunu söylüyorum. Eğer ruhun seçimi bu yaşamda bundan ıstırap çekmek değilse, Kaynağın yardımı ile her şeye ulaşabileceğimizi söylüyorum.

Bu nedenle kendinizi sınırlamayın. Sonucu zihninizde tutarak her şifayı yapın. Bu sonuç şüphesiz ilahi irade ile uyum içinde bütünlüktür. Eğer her zaman ilahi irade ile uyum içindeki sonuçları ararsanız, her şeyi iyileştirmeyi kolaylaştırabileceğinizi keşfedersiniz.

Başkalarının hastalıklarını alabileceğinizden korkmayın, çünkü bu gerçekleşmez. Ne kadar fazla şifa uygularsanız, daha çok iyileşirsiniz. Shamballa - ÇB - Şifanın prensiplerine sarılın ve başkalarının inançlarını düşünmeyin ve sevgi ile hizmete adım atın. Kendinizi AKIŞA BIRAKIN ve Shamballa - ÇB - Şifa enerjisi kalını yapsın. Sihirin yaşamınıza

girmesine ve Kaynak ile bir olmanıza izin verin. Kendinizi daha fazla bıraktıkça, o daha çok akacaktır.

Shamballa – ÇB – Şifa sadece başkalarını iyileştirmek isteyenler için değil, herkes içindir. Kaynağa uyumlanmak bütünlük getirir.

Shamballa Çok Boyutlu Şifa

Shamballa'nın merkezi çekirdeği Sevgidir. Sevgi Özgürlüktür. Kendini sevmek ve kişinin Anne/Baba Tanrı ve tüm Yaradılış ile bağlantısının içsel bilşi. Bu bilşin yolunda duran her şeyden özgürlük. Kim olduğunuzu bilme ve Gücünüze adım atma, Üstatlığınıza adım atma Özgürlüğü.

Bir Shamballa Workshopunda yaşamlar boyunca taşımış olduğunuz eski duygusal enkazların tümünü temizlemenize yardım etmek için dizayn edilmiş meditasyonlar deneyimlersiniz. Sonra Shamballa'nın enerjileri ile dolarsınız ve her istediğinizde bu enerjileri çağırabilmeniz için, bu enerjilerin kaynağına bağlanırsınız. Bu temizliklerin ve inisiyasyonların asıl amacı kendi tekamüsel gelişiminiz içindir. Siz tekamül ederken, insanlığın geri kalanının sizin ayak izlerinizi izlemesini kolaylaştırırsınız. Sevginin bilinçliliğine genişlemesi ve büyümesi için insanlığın kollektif bilinçliliğine – ve bilinçaltına – yardımcı olursunuz. Bir yan – ürün olarak, hem kendiniz hem başkaları için şifayı kolaylaştırmaya yardımcı olması için Shamballa enerjilerini çağırabilirsiniz. Yükselmiş Üstat Germain, Shamballa enerjilerinin şimdi Dünya etrafındaki enerjisel ızgaranın parçası olduğunu bize garanti ediyor (güven veriyor). Herhangi bir anda enerjileri kolayca çağırabiliriz.

Shamballa sisteminin kaynakları, onu bildiğimiz şekliyle tarih – öncesinde yatar. Germain o zaman Atlantis'te enkarne olmuştu. O, köle olarak kullanılan düşük titreşimli varlıkların tekamülüne yardımcı olmak için orijinal sistemi getirdi. O bu köleliğin kabul edilemez olmasını sağlamak istedi ve bu varlıkları cahilliklerinin köleliğinden özgürleştirmek istedi. Bugünkü sistem daha genişlemiştir, çünkü biz şimdi daha yüksek enerjilere hazırız. Ancak, sistemin amacı benzerdir – bizi cahilliğimizin köleliğinden özgürleştirmek, bize kendi üstatlığımızın Sevgisini ve Özgürlüğünü getirmek. Bir Üstat olmak ne anlama gelir ? Başkaları üzerinde güce sahip olmak anlamına gelmez. Basitçe kendinin Üstadı olmak anlamına gelir. Herhangi bir gerçek Üstadın size anlatacağı gibi.

Shamballa nedir ? Yükselmiş ve Galaktik Üstatların kollektif bilinçliliğinden daha az bir şey değildir. Biz onu almak için enerji alanlarımız içindeki kristal şeklindeki enerji matrislerini açarken, bu rezonans şimdi bizim için elde edilebilirdir. Bu "Shamballa'nın Elmas Frekansı" yüksek – derecede rafine ve son derece dönüştürücü bir frekanstır ; ayrıca çok güçlü bir şifa enerjisidir. Bu frekansa inisiyasyonlar, insanlığın ve Dünyanın harmoniklerini Tek Birleşik harmonik olması için stabilize etmek ve harmonize etmek için Galaktik Merkezler vasıtası ile indirilen yeni kodlamalara erişmemize izin verir. Yeni kodlamaları almak ve Elmas Frekansı içinde işlemek çok – boyutlu farkındalığın artması, durugörünün, duruşitinin ve duruhissetmenin gelişmesi anlamına gelir.

ŞİMDİ geçmişten gelen tüm gereksiz programların salıverilmesinin ve gelen yeni enerjileri almaya hazır olmanın zamanıdır. Biz burada Dünya üzerinde imgelememizin ötesindeki şeyleri birlikte – yaratmak üzereyiz. Her anda hazır olmaya ve zamanın sonuna doğru danstan zevk almaya davet ediliyorsunuz.

Hari Babba Melchizedek (John Armitage) & Germain

SHAMBALLA'YA BAKIŞ

Shamballa Çok – Boyutlu Şifaya hoşgeldiniz ! Bu makalenin Shamballa'ya bir bakış sağlamasına niyet edilmiştir.

Kurs materyali onu öğrenmeniz, kullanmanız ve kolayca öğretmeniz için Shamballa Çok Boyutlu Şifa Sisteminin mekaniklerinin detaylı bir görünüşünü sunuyor. Bu makale bu uygulamaları Shamballa'nın daha geniş bağlamına yerleştirmeyi deniyor.

Shamballa Çok – Boyutlu Şifa bir şifa türüdür, ancak o ayrıca daha geniş olan bir şeydir. Shamballa bizim bir parçası olduğumuz koşulsuz sevgidir, o tekamül sürecinin parçası olarak bizi birbirimize bağlayan sevgidir ; kendisini ifade eden İlahiliktir. Bir şifa sistemi olarak Shamballa, BEN'İM Varlığı olarak adlandırılan İlahi benliklerimize bağlandığımız kendini keşfetme yoludur.

BEN'İM Varlığı bireysel bir deneyimdir, ancak o ayrıca kolektif bir deneyimdir. Tek bir birleşik varlık olarak kendinizi anlamaya ilerleme sürecinde, etrafınızdaki herkeste ve her şeydeki kendinizin veçhelerini tekrar – birleştirmek gereklidir. Bu, içsel çocuğu, geçmiş yaşamları, gelecek benlikleri, bastırılmış hisleri ve düşünceleri içerir, ama bu ayrıca birbiriniz olan kendinizin parçalarını da kapsar. Siz bu veçheleri anlamaya doğru çalışırken, bu Dünya planında enkarne olmayan Yükselmiş Üstatlar olan ve Işığın diğer varlıkları olan kendinizin parçalarının farkındalığını da geliştiriyorsunuz.

Siz kendinizin tüm bu veçhelerinin farkına varırken, kim olduğunuzun parçası olarak onlardaki sevgiyi anlıyor ve farkına varıyorsunuz. Bu süreç esnasında bireyselliğinizi kaybetmekten korkmak olağandır, ama durum hiç de bu değildir. Gelişen şey, kendi eşsiz İlahi amacınızın, kendi güzelliğinizin ve bunun dünyada nasıl ifade edileceğinin yeni, geniş ve çok şefkatli anlayışıdır. Bu, bu daha büyük resme uymayan yaşamınızdaki her şeyin yeniden yapılandırılmasını gerektirir. Bedeniniz, duygularınız, inançlarınız, düşünce süreçleriniz, ilişkileriniz, işiniz ve yaşamınızdaki her şey değişecektir. Bir zamanlar önemli olduğunu düşündüğünüz şeyler, yeniden gözden geçirilmesi ve muhtemelen değiştirilmesi için önünüze gelecektir. Bu kolay bir süreç değildir, ama siz sevgi ve bilgelikten gelen gerçek gücü anladıkça ve bunu somutlaştırdıkça bir huzur, hoşnutluk ve gerçekleşme/tatmin olma noktasına gelirsiniz. Bu süreçten geçmekte olan bir çok insan Shamballa Çok Boyutlu Şifa'ya çekiliyor. Bu değişim süreci, Dünya ve insanlık var olmanın daha yüksek, daha birbirine bağlı ve sevgi dolu yoluna ilerlerken, bu gezegen üzerinde şu anda hızlanan tekamül sürecidir. Eğer siz Shamballa Çok Boyutlu Şifa'ya çağrıldığınızı hissediyorsanız, siz bu geçiş sürecinin kolaylaştırıcısı (birlikte – yaratıcısı) olarak rolünüzün farkına varıyorsunuz.

Shamballa Çok Boyutlu Şifa, BEN'İM Varlığınızın gerçek gücünü/sevgisini/bilgeliğini cisimleştirmeniz (somutlaştırmanız) ile ilgilidir. Bu kendi en yüksek ifadesinde şifadır. Shamballa Çok Boyutlu Şifa'ya uyumlandığınızda ve onu kendi iyileşmeniz için kullandığınızda ve başkalarına şifa sunduğunuzda bir şifa varlığı olarak kendinizi adıyorsunuz. Başka hiçbir şey gerekli değildir. Shamballa sizin zaten olduğunuz, uyumlama işlemi ile ve sizin öğrenme ve büyüme isteğiniz ile kolaylaştırılan sevgi ve bilgelik olmak ile ilgilidir.

Çeşitli şifa teknikleri, yönlendirmeli meditasyonlar vs. sizin şifacı varlığınızı somutlaştırmanız için bir format sunmak için dizayn edilmiştir. Yapı, öğrenme sürecinin gerekli bir parçasıdır, çünkü o bilgi sağlamak ve keşif sunmak için bir çatı sunar. Ancak siz kendi üstatlığınızı kazandıkça, artık sizin için doğru hissettirmede yapıyı bırakmanın uygun olduğunu bilirsiniz. Kim olduğunuzun tüm çeşitli veçheleri ile bağlantıdan gelen kendi üstatlık sürecinizin parçası varolmanın yeni yollarına erişmek ve bu veçhelerin parçaları olan şeyleri yapmaktır. Kendinizin bu parçalarından öğrendiğinizi ne kadar çok uygularsanız, birlikte – yaratıcı olarak sunacak daha fazla şeyiniz olur, BEN'İM in parçası olan tüm bireysel veçhelerin farklılığını anlayan/takdir eden bir yaşama

yolu tezahür ettirmek için kendinizin bu parçalarından gelen daha fazla sevgi/bilgelik mevcut olur.

BEN'İM Varlığı sadece her bir kişinin daha yüksek veçhesi değildir, o bir bütün, bir topluluktur. BEN'İM Varlığı İlahi bir kolektif bendir, o varolmanın kendi yoluna sahiptir. Varolmanın bu yolu Shamballa olarak adlandırılır. Shamballa Çok Boyutlu Şifa vasıtası ile Shamballa ile çalışırken, siz Shamballa olursunuz ve tüm insanlık ve tüm krallıklar için mevcut olan bu yaşama yolunu yaparsınız.

Shamballa her biri aynı tek sevginin eşsiz veçheleri olarak birbirine bağlı olan tüm yaşam varlıklarının cisimlenmiş deneyimine dayanan varolmanın bir yoludur. Siz Shamballa'ya uyumlandığınızda ve onu şifa seanslarında, eğitimde veya kendi farkındalığınız için kullanmaya başladığınızda burada bahsedildiği gibi, Shamballa'nın bu vizyonu üzerine meditasyon yapmanız için zaman ayırmanızı tavsiye ederim. Bu daha geniş perspektif, Shamballa Çok Boyutlu Şifayı uygulamaya koymak için, uygulamanız ile ilgili sorularınız olduğunda içgörüler elde etmek için ve siz BEN'İM Varlığınız olarak yaşamamanın yolunu yürürken ortaya çıkan değişimlerle ve meydan okumalarla başa çıkmak için gerekli olduğunda çağırılabilir.

Sevginizi yaşamak için ve Shamballa'yı birlikte – yaratmak için girişiminiz ve cesaretiniz için size teşekkür ediyoruz.

Biz Biriz.
Linda White Dove

SHAMBALLA ÇOK BOYUTLU ŞİFA NEDİR ?

Shamballa Çok Boyutlu – Şifa Sistemi kutsal bir topluluktur. O, yaşam olan her şeyin birbirine bağlılığının anlayışı üzerine dayanan algılama, yaşama ve var olmanın bir yoludur. Bir elle şifa formu olarak öğretilmesine rağmen, o gerçekte bundan daha fazlasıdır. Ruh ve topluluk için bir şifadır. Şifa burada bütünlüğünüzü, Ruh/İlahi/Aydınlanmış Benliğinizi kavramak olarak tanımlanır. İşlemde, bir çok insan beden, zihin ve duyguların iyileştiğini keşfeder.

Shamballa sistemini bu kadar güçlü yapan onun enerjilerin bir karışımı olmasıdır. Reiki enerjilerinin aşağıdaki enerjiler ile birleşmesinden oluşur :

Mahatma (İlahiliğinizi ve Aydınlanmanızı yaşama)
Mesih Bilinçliliği (Koşulsuz Sevgi) ve
Yükselmiş Üstatlar (Çok – Boyutlu Veçhelerinizi Bütünleştirme)

Eğer spiritüel bir yolda iseniz, sezginizi geliştirmek istiyorsanız veya Işıklı çalışması ile veya gezegensel hizmet ile ilgileniyorsanız, Shamballa sistemi süreci kolaylaştırmak için mükemmel bir araçtır. O, enerji şifasının elle aktarılan yöntemi olarak öğretildiği için, kişinin süreci direkt deneyim ile bilmesi ve hissetmesine izin verir. Bu, bütünlüğün okunmasına ve çalışılmasına derinlik ve zenginlik ekler. Shamballa sistemi ile onu hissedebilir ve o olabilirsiniz.

Kişisel bir gelişim aracı olarak, Shamballa sistemi için niyet, birlikte Tek Kalp oluşturarak bütünlüğü oluşturmamızı mümkün kılması için olabildiğince çok insana aktarılmasıdır. Bundan dolayı, öğrenilmesi ve kullanılması kolaydır. Shamballa şifa seansları başka insanlara, hayvanlara ve Dünya'ya sunulabilir. Spiritüel gelişime ilgi duymasalar bile Shamballa seansını arkadaşlarınıza ve ailenize kolayca sunabilirsiniz. Sağlık sorunları, fiziksel ve/veya duygusal sorunlar için mükemmel bir şifa enerjisidir. Stresi gidermeye yardımcı olur, iyi bir uyku sağlar.

Shamballa birkaç farklı tipteki enerjilerin karışımıdır :

1. **Evrensel Yaşam Gücü (Reiki) Enerjisi**, etrafınızdaki "nesneler" dahil tüm varlıklarda işleyen enerjidir. Bu, yaratan ve yaşam veren enerjidir ve bu "nesneleri" de içerir, çünkü onlar da bu enerjiden yapılmıştır. Herkes ve her şey bu enerjiden yapılmıştır. Bu sevgi enerjisidir. Sevgi yakıttır.

2. **Mahatma Enerjisi** ayrıca BEN'İM varlığı olarak bilinir. Bu Kaynak olarak Ben'in farkındalığıdır. Bu sizin her şeyden ayrı olduğunuz anlamına gelmez, gerçek şu ki, bu, Birliğin anahtarının içinizde olduğunu söyler. Bu sizin Bütünlüğünüzün gerçekte kim olduğunun tanınmasıdır. Bu Saf, Koşulsuz Sevginin en güçlü enerjilerinden biridir. Bunun Dünya'ya yeni bir var oluş yolu getiren harmonik convergence'den beri (harmonik uyumlama) insanlık için mevcut yeni bir enerji olduğu söylenmektedir. İçinizdeki kendinize ulaştığınızda ve Bütünlüğü, Birliği bulduğunuzda, diğer herkesin sizin bir parçanız olduğunu kavrayarsınız. Ve siz de herkesin ve her şeyin bir parçasısınız. Her Şey Birdir.

3. **Yükselmiş Üstatların Enerjisi**. Yükselmiş Üstatlar yeniden doğum döngülerini tamamlamış ve şimdi insanlığın öğretmenleri olarak ruh formunda var olan varlıklardır. Onların amaçları bir bütün olarak gezegenin tekamülüne ve diğerlerinin spiritüel tekamülüne yardım etmektir.

Shamballa ÇBŞ, Reiki'nin ful 352 sembolünü/enerjisini içerir, Germain tarafından verilen sizinle Kaynak arasındaki her seviye için bir sembol.

REİKİ'NİN DR. USUI'DEN ÖNCEKİ HİKAYESİ

Reiki, kadim Atlantis'te tasarlanan bir sistemdir. Yükselmiş Üstat St. Germain olarak bilinen Şifa Tapınağının yüksek rahibi tarafından yaratılmıştır. Bu rahip Atlantis'teki merkez tapınlardan ayrılmış ve Atlantis'ilerin Inspirers (İlam edenler/vahyedenler) dediği kendi kabilesini veya klanını yaratmak için Atlantis'in uzak dağlarına yolculuk yaptı. Inspirers kendilerini ana kıta Atlantis'te oturanlardan ayırdılar. Atlantis ırkının fiziksel ve spiritüel ilerlemesi tarafından muhakeme edilen ırksal farklılıkları kaldırmak ve uzaklaştırmak için tüm Atlantis'ilerin spiritüel gelişimini eşitleyecek bir teknik ve yol bulmayı aradılar. Spiritüel ve fiziksel olarak geri kalmış olduğu düşünülen bir çok Atlantisli, rahipler, rahibeler ve Atlantis Adasının Kraliyet aileleri tarafından köle olarak kullanılıyordu. O yaşamında, St.Germain'e, bir bireyin enerji sistemine direkt olarak yansıtılabilecek ve mevcut spiritüel handikabını (engel, yük) aşacak ve diğer Atlantis'iler ile eşit yapacak yeterli seviyeye kadar onun titreşimini yükseltecek bir seri semboller verildi. Ona 22 sembol verildi, bu üstat rakamıdır. Atlantis çöktüğü zaman St Germain bir çok takipçi arkadaşı ile birlikte kadim Tibet'e gitti. Burada spiritüel bilinçliliği yükseltme uygulamasını devam ettirmeye çalıştılar. Bu uygulamanın nasıl sonuç vereceğini görmek için Atlantis toprağına yakın birkaç kişiye üç adet sembol verdiler. Onların bir çoğu sembollerini kullandılar ve spiritüel gelişimleri iyi seviyeye geldi. Ancak diğerleri bu gücü karanlık, negatif bir yolla kullandılar. Sembollerini tahrif ettiler ve çarpıttılar, dönüştürdüler ve değiştirdiler. St. Germain ve Inspirers bu zamanda 22 sembolün hepsini hiç kimseye vermemeye karar verdiler. Bugünkü uygulandığı şekli ile Reiki sistemi tamam olmayan bir sistemdir. O bazıları Akaşik kayıtlardan direkt olarak çekilen bir çok sembolü kapsayan bir sistemdir, insanlığa St.Germain tarafından verilmiştir, ancak icat edilen, yaratılan bazıları farklı tip enerji çekiyor. Tam Shamballa Sisteminde 352 Sembolün olduğu St Germain tarafından bugün bildirilmiştir. Bu Kozmik Gücün Kaynağına kadar 352 Seviye/İnisiyasyon'a karşılık gelen 352 semboldür. Yukarıda nasılsa, aşağıda öyledir.

Yukarıdaki bilgi Dr. John Armitage 'a (Hari Das) Shamballa'nın Lordları ve Leydileri'nin (Yükselmiş Üstatlar) Kollektif Bilinçliliği tarafından açıklanmıştır.

Shamballa Çok – Boyutlu Şifa Tekniği bir başka şifa türünden daha fazlasıdır. Enerjinin bu yüksek seviyelerini demirleyerek, bilinçliliğinizin hızlı genişlemesi gerçekleşir.

TERİMLERİN TANIMLANMASI

Shamballa Nedir ?

Shamballa topluluk ile ilgili bir terimdir. Shamballa şehri olarak veya bazılarının inandığı Ütopik (kusursuz) bir şehir kavramından çok, Shamballa birlikte yaşamının bir yolu ile ilgilidir. Eğer Ütopik bir topluluğu düşünseydiniz, orası muhtemelen insanların barış içinde yaşadığı, güvende oldukları, herkesin yiyecek, barınak ve bolluk gereksiniminin karşılandığı, herkese değer verilen ve insanların birbirleri ile sevgi dolu bağlantılar hissettiği bir yer olurdu. Bu Shamballa tarifinde, Shamballa terimini, herkes için Shamballa 'yı yaratmaya yardımcı olacak kendinizi nasıl gördüğünüz ile başlayan yaşamının bir yolu ile ilgili olarak kullanıyorum. Sadece küçük bir bölgede veya yerel topluluğunuzda değil, tüm gezegen boyunca ve başka her yerde.

Shamballa ayrıca Yükselmiş Üstatlar'ın kolektif bilinçliliği ve spiritüel yuvaları için bir isimdir. Siz Shamballa ÇBŞ'ya uyumlanırken, üstatlığınızı hatırlamanıza yardım ederek bu bilinçlilik sizin farkındalığınızın daha çok parçası olur, böylece Shamballa olan yaşama yolunu birlikte yaratabiliriz.

Çok – Boyutluluk Nedir ?

Çok – Boyutluluk bizlerin insan bedeninde yaşayan spiritüel varlıklar olduğumuz anlayışı ile ilgilidir. Kendimizi günlük temelde ve oynadığımız rollerde nasıl deneyimlediğimiz gerçekte kim olduğumuzun buzdağının ucudur. Spiritüel benliklerimize bağlanmaya başladıkça, Ruhumuzu ve geçmişte ve gelecekte var olan kendimizin parçalarını keşfederiz. Kendinizin bu parçalarına bağlandıkça, daha güçlü hissetmenize yardım eden içgörüler kazanabilirsiniz. Bunu, var olduğunu bilmediğiniz kendinizin parçalarını keşfettiğiniz bir video oyunu olarak düşünün. Bu parçaların her birinin yenilmesi gereken engelleri vardır. Siz bunu yaparken, şifa bulursunuz ve sahip olduğunuzu bilmediğiniz güçlerinizi keşfedersiniz. "Güç" kazanırsınız. Tekrar bütün hissetmeye başlarsınız. İnsan deneyimine sahip olan spiritüel varlığınıza bağlanırsınız.

Shamballa Çok – Boyutlu olarak adlandırılıyor, çünkü o Bütünlük üzerine odaklanır. Shamballa ile çalışırken öyle seçtiğimizde bizim için çalışmak için gelen hepimizin kendimizin değişik veçhelerimiz var. Bunların bazıları uzun bir süredir taşımakta olduğumuz fiziksel ağrı olarak tanındıktır. Diğer zamanlar olaylar ortaya çıkar ve bunların neden olduğunu bilmeyiz. Artık çalışmayan ilişkilerin bırakıldığı zor bir zaman geçirmemizin nedenini bilmeyiz. Bizi inciten, birine veya var olmanın bir yoluna öyle çekilmiş hissederiz ki, bunun neden olduğunu anlayamayız, o kadar çok şifa verdikten sonra, yardımı olmaz. Bu çoğumuzun yardım, yanıtlar için arayışa başladığımız zamandır ve olaylara bakmanın bütünüyle yeni yollarını, bütünüyle yeni anlayışlarını eşzamanlılıklar ile keşfederiz.

Daha önceden var olduğunu bilmediğimiz bir dünyayı keşfederiz. Anlamaya başlarız ve eşzamanlılıkların tüm yaşamın birbirine bağlı olduğu anlamına geldiğini derinden hissederiz. Bu bize kendimizin ve diğerlerinin, sevgiye, şifaya ve bütünlüğe gereksinimi olan diğer parçalarının yeni anlayışlarını verir. Eğer yükseliş fikrini bütün olmak olarak düşünürseniz, o zaman Shamballa Çok _ Boyutlu Şifa bize sevmek, iyileşmek ve bireysel ve kolektif olarak kim olduğumuzu bütünleştirmek için yardımcı olur. Shamballa Çok – Boyutlu olarak adlandırılır, çünkü Bütünlük kendimizin tüm seviyelerinin iyileşmesini kapsar. Her Şey Bir'dir.

Shamballa ÇBŞ'nın diğer herhangi bir Reiki ekolünden daha iyi olduğunu söylemek niyet edilmemiştir. Anlatılmak istenen Shamballa'nın kendimiz ile başlayan, tüm yaşamın birbirine bağlılığı vasıtası ile şifa üzerine odaklanmaya izin veren enerjilerin bir harmanı olduğudur. Shamballa enerjileri nedeni ile, gezegeni ve tüm yaşamı iyileştirmek kendini – iyileştirme ile yapılabilir. Diğer Reiki ekolleri ile gerçekleşen bir çok şifa başarıları keşfedeceksiniz, ama Shamballa'nın odağı kişisel şifa vasıtası ile gezegensel şifadır.

Shamballa ÇBŞ enerji şifası olarak öğretilen yaşayan bir sistemdir.

Şifa Nedir ?

Şifa rahatsızlıkların nedenlerine hitap etmek için belirtilerin hafifletilmesinin ötesine ilerler. Rahatsızlıklar ister fiziksel hastalık ile, yaşam durumları ile , maddi durumla, ilişkilerle veya başka bir şeyle ilgili olsun, Shamballa altta yatan inanç kalıplarına ve saplantılara kişiye yaşamda hoşnutsuzluk/tamamlanma hissetmesine yardım edecek enerjiyi getirerek yararlı olur. Çoğunlukla, bu ayrıca belirtilerin giderilmesini de beraberinde getirir. Ancak, nedenlerle çalışırken belirtilerin iyileşmesi ikinci derecedir. Şifa belirtilerin iyileşmesi ile ilgili değildir, kişiye her zaman düşledikleri yaşama ve daha iyisine sahip olmaya yardım etmektir. Belirtiler kişinin kendisini hoşnutsuza/tamam olmaya kapattığını bildirmek için oradadır. Belirtiler daha iyi bir yaşama uyanma çağrısıdır. Belirtiler hastalıklar değildir, sadece hatırlatıcılardır.

Mahatma :

Mahatma çok gelişmiş ve sevgi dolu olan bir enerjidir. Tüm yaşam birbirine bağlıdır. Çoğu insan bu bağlantının farkında olmadan yaşar. Sonuç olarak, onlar kendilerinin dışında mutluluk, güvenlik ve sevgi arayarak yaşamlarını tüketirler. Bu mutluluk ve güvenlik arayışı (aslında kişinin asla bunlara sahip olamayacağı ve bunları muhafaza edemeyeceği korkusu) insanlığı birbirine – bağlı olan ilişkiler, açgözlülük, nefret, fakirlik ve savaş yaratan şekillerde yaşamaya zorlamıştır. Mahatma, tüm yaşamın birbirine bağlılığını hissetmekten gelen bütünlük ve tamamlık hissini yeniden – tesis eder. Mahatma, hepimizi birbirimize bağlayan koşulsuz sevgidir.

Yükseliş :

Yükseliş bilinçliliğin genişlemesi/gelişimidir. Bu genişlemeden yeni perspektifler ve kendinin Üstatlığı ortaya çıkar.

Yükselmiş Üstat :

Yükselmiş Üstatlar oldukça fazla tekamül etmiş, koşulsuz olarak seven, kendilerini tüm varlıkların yükselişine adanmış ruhsal varlıklardır. Tüm yaşam birbiri ile bağlı olduğu için, kendi yaşamında daha fazla tatmin bulmak için tekamül eden her bir kişi aynısını yapmaları için tüm varlıklara yardım eder.

Shamballa Çok Boyutlu Şifa bilinçliliğin tekamülü vasıtası ile, yaşamın yeni bir yoluna götüren yükselişe dayalı olan bir şifa sistemidir. Kişi kendine şifa uygularken veya başkalarına şifa sunarken, enerjiler kişinin daha çok parçası olur. İnsanlar huzurun, ben sevgisinin ve içsel Üstatlığın deneyimini yaşamak için kendi yeteneklerinin daha çok farkında olur, böylece sadece kendileri olarak Shamballa deneyimini her yerde yaratmış olurlar.

Bu Mesih, Buddha ve şifa veren başka bir çok Avatarların yaşamlarına benzerdir. Shamballa Çok Boyutlu Şifanın odağı, siz bir şifa varlığı olurken, içindeki sevgiyi yaşamaktır.

Linda White Dove

YÜKSELMİŞ ÜSTATLAR

Yükselmiş Üstatlar insanlığa öğretme misyonunu ve insanlığa spiritüel aydınlanma yolunda rehberlik etmeyi seçmiş olan bir grup ruhtur veya varlıktır. Yükselmiş Üstatlar, bu gezegene ve onun büyümesine rehberlik etmek için çoğu zaman kolektif bir bilinçlilik olarak davranan ayrı ayrı varlıklardır. Bireysel veya kolektif olarak, İlahi Sevginin ve Enerjinin bu varlıkları tekamül sürecinde her ruhun kendisi ile birlikte taşıdığı karmik dengesizlikleri aşarak ve tüm geçmiş yaşamları iyileştirerek yardımcı olmak için fiziksel form almışlardır (bedenlenmişlerdir), böylece İlahi Kaynağın veya Yaratıcının Birliğine daha çok yaklaşmışlardır. Onlar kendi karmik sorunlarını çözerek, üçüncü boyuttan daha yüksek bir bilinçliliğe fiziksel yükselişlerini gerçekleştirmişlerdir....çoğunlukla beşinci boyut.

Yükselmiş Üstatlar deyimi Dünya'nın hiyerarşisindeki veya gezegenin tekamülünü yöneten tüm dezenkarne varlıklara uygun olarak uygulanan bir deyim değildir, Vywamus gibi çoğu Üstat, gezegende bedenlenmemiştir.

Kozmik bir perspektiften, üç - boyutlu varlıklar olmayan ve Üstatlar olan tüm Meshedilmiş türlerin milyonlarcası vardır. Siriuslular bunun bir örneğidir. Onların çoğu insan formunda değildir, ve bundan dolayı bu terimin Dünyasal görüşüyle Yükselmiş Üstatlar olarak düşünülmemelidir, ancak onlar kendi Yükselişleri nedeni ile bir Üstat olarak rol oynamaya devam ederler.

Bugün çoğu genel durumda tartışılan Dünya'dan fiziksel yükselişi gerçekleştirmiş olan yükselmiş üstatların, 3 ncü boyuttan 5 nci boyuta gittiği ve gelecek/ileri dersler için tekrar enkarne olmaya gerek duymayan bireyler olduğu ima edilir. Onlar koşulsuz sevginin ve bağışlayıcılığın yerinde varolurlar ; Ruh ve yaratıcı ile formu bütünleştiren, daha yüksek eterik veya spiritüel planda/varoluş durumunda varolurlar. Yükselmiş Üstatların eterik yuvası Büyük Merkezi Güneş olarak bilinir ve burası Koşulsuz Sevginin ve Şefkatin yeridir.

Yükselmek ne anlama gelir ? Yükseliş sözcüğü bilinçlilikte bir sıçrayış veya frekans değişimi ile ilgilidir. Bir ruh bir - boyutsal bilinçlilikten başkasına yükselir. Ayrıca, ben'in farklı veçhelerine yükseliş vardır ; fiziksel, zihinsel veya spiritüel.

Bir Üstat nedir ? Koşulsuz sevginin ruhunda bütün olmak bir üstat olmanın parçasıdır. Üstatlığa ulaşmak bireyin ötesine genişleyen kendinin - farkındalığının bir seviyesine ulaşmaktır. Üstatlık, tüm ruhların Kaynağın veçheleri olduğunu bilerek, zihnin ve ruhun birliğinde diğer varlıklara bağlanma ve hatta onlarla birleşme yeteneğidir. Kişinin enerjisinin üstadı olması, enerjisini diğer yükselmiş üstatlar ve varlıklar ile birleştirerek, bilinçliliğin diğer frekanslarına gitme yeteneğidir. Bu, üstatlığın bir parçasıdır. Bir üstat olmak, tüm var olanı, özellikle kendi yolunuzu düşünceleriniz, sözleriniz ve işleriniz/eylemleriniz ile birlikte - yarattığınızı bilmek anlamına gelir.

Kutupluluğu tamamlamak için Üstatların her biri enerjisel olarak kendi ruh eşleri ile birleşmiştir : St. Germain ve Portia, Merlin ve Demeter, Lord Kuthumi ile Lady Diana, Lord Maitreya ile Lady Sophia, Üstat Hilarion ve Genyfar, bunlardan sadece bir kaçının ismidir. Sizin sadece tek varlığın bir imgesini görebilmenize rağmen, partner bütünün bir parçasıdır, onlar Shamballa'nın Leydileri ve Lordları olarak bir grup olarak birbirlerine bilinçli olarak bağlanmışlardır.

Lordları ve Leydileri bir şifaya çağırdığınızda, onların mor enerjisi tek bir varlık, tek bir zihin olarak odaya girdap şekilde girer. Ruh'ta ayrılık yoktur. Böylece, Yükselmiş Üstatlar kolektif olarak da, bireysel olarak da çağırılabilir.

Yükselmiş Üstatların çoğu, Shamballa'nın Koruyucuları/Muhafızlarıdır. Başka şekilde, Shamballa'nın Lordları ve Leydileri olarak bilinirler, onlar seçilmiş alanları üzerinde

gözlemeyi muhafaza eden bir grup Yükselmiş Üstatları içerirler – Ruha bağlayan ve fiziksel realitede form oluşturan Gökkuşağı Köprüsünü yaratan tek Kollektif Bilinçlilik olarak, bilinçliliğin Yedi İşini veya Seviyesi.

Shamballa'nın Muhafızları olan Yükselmiş Üstatlar ;

HİZMET İŞİNİ	YÜKSELMİŞ ÜSTAT	İŞİNİN NİTELİĞİ
BİRİNCİ İŞİN	El Morya	İlahi İrade ve Güç
İKİNCİ İŞİN	Lord Lanto	Aydınlatma ve Bilgelik
ÜÇÜNCÜ İŞİN	Venedikli paul	Farkındalık ve Sevgi
DÖRDÜNCÜ İŞİN	Serapis Bey	Saflık, umut ve Yükseliş
BEŞİNCİ İŞİN	Hilarion	Gerçek, Şifa ve Bilimsel İcat
ALTINCI İŞİN	Lady Nada	Huzur ve yardım/hizmetler
YEDİNCİ İŞİN	St. Germain	Özgürlük, Merhamet ve Bağışlayıcılık

[NOT : **12 Yükselmiş Üstat** ; Kuthumi, El Morya, Djwahl Khul, Hilarion, İsa (Sananda), Lady Mary, Lady Nada, Serapis Bey, Racoksky, St. Germain, Venedikli Paul ve Lord Maitreya bunun basında durur (başkanıdır).]

MAHATMA ENERJİSİ

Aşağıdaki bilgi, Hari Baba tarafından alınan Mahatma ile ilgili çeşitli kanal mesajlarının bir özetidir.

Mahatma enerjisi "özgürlüğün enerjisi" ve "Anne/Baba Tanrı'nın kişisel enerjisi" olarak adlandırılmıştır. Bu enerji, kendi doğasında bir miktar mor ile gümüş ve altındır. Mahatma sözcüğü "büyük ruh" veya "büyük baba" anlamına gelir. Mahatma Gandi ile ilgili değildir. Bu enerjinin Dünya Gezegeni üzerindeki insan varlıklarına elde edilebilir yapılmasına Kaynak, Yaradılışın Kaynağı karar vermiştir....zaman, Onun BEN'İM Varlığının gezegen üzerinde demirlenmesi için uygundu. Mahatma enerjisinin dünya üzerinde demirlenmesine Atlantis zamanında bir kez daha teşebbüs edilmişti, ancak insan bedeninin Kaynağın bu yüksek frekansını topraklama yetersizliği nedeni ile, bu başarısız olmuştu. Uzun uzun düşülmelerden sonra, gezegenin hiyerarşisi 1987'de Dünya'ya gelecek olan yeni enerjinin Mahatma olarak adlandırılacağına karar verdi. 1987 yılı, gezegensel logosumuz Sanat Kumara'nın enerjisini ikiz ruhu Lady Gaia ile birleştirdiği Harmonik Uyumlanma yılı idi.

Mahatma enerjisi Tanrı'yı kişisel olarak yaşamlarınıza getirir. Evet, Tanrı/Tanrıça tüm yaradılıшта vardır, ama BEN'İM Varlığının kişisel enerjisi burada değildi. Yaradılışın birleştirici enerjisi olan sevgi ve şefkatin yaratıcı enerjisi, Kaynağın kişisel olmayan enerjisi olarak adlandırılabilir – bu Reiki'dir. Mahatma enerjisi sizin en yüksek ben potansiyelinizdir, sizin Bütün'e tam bağlantınız. O sizi Bütünlüğe götürür ve sizi kaynağın merkez noktasından, Kaynağınızdan ; Varlığınızın merkezinden ayıran her şeyi çözmenize izin verir. Bundan dolayı, bu enerji aynı zamanda Mesih Bilinçliliğidir.

Bu ışığı çağırmak için, basitçe istediğiniz kadar aşağıdaki mantrayı kullanın ;

"BEN BEN'İM, BEN Sevgideki Mahatma'yım". Bedeninizin bütünlüğe dönmesi için bunu günde en az üç kere söyleyin ve bu enerjileri Dünya'ya topraklayın.

SPİRİTÜEL BİR UYGULAMA OLARAK SHAMBALLA ÇOK BOYUTLU ŞİFA

Selamlar Shamballa Dostları. Bugün sizinle Shamballa'nın bazen öğrenme sürecinde kaybolan veya bilginin aktarılmasında yanlış anlaşılan en önemli veçhesi ile ilgili konuşmak istiyoruz. Shamballa bir şifa türünden daha fazlasıdır, o spiritüel bir uygulamadır. Fark bir şifa seansını sunmanın deneyimi vasıtası ile açıklanabilir. Hasta şifa masasının üzerindedir, siz ellerinizi onun üzerine koyarsınız ve Shamballa enerjisi akar. Çoğu uygulayıcı enerjinin akışını hissedebilir veya onu bir şekilde duyumsar. Enerji nereden gelir ? O sizin içinizden gelir. Evet, o ayrıca kalbinize ve ellerinize gelir, ama enerjinin Kaynağı, onun çıktığı yer sizsiniz. Siz Shamballasınız.

Hala, siz şifa seansları sunduğunuzda ve enerjinin sizden akışını hissettiğinizde, onun bir parçasıymış gibi hissediyor musunuz ? Onun sizden akmasını hissetmek bir şey, onunla tamamen Bir olmak başka bir şeydir. Shamballa enerjisi ile Bir olmanın bu hissi, benim görüşüme göre, şifanın esas amacı ve tanımıdır.

Dr. Usui, Reiki uyumlanmasını aldığı anda ve etrafındaki insanlara Reiki'yi sunduğunda onun niyeti yalnızca kırık kemikleri iyileştirmek değildi, o insanların daha güçlenmiş hissetmesine yardım etmek istedi. İsa, şov olması için veya görmeyen insanların görmesine yardım etmek için şifa vermedi. Evet, Dr. Usui, İsa ve diğer Üstatları gibi şifa deneyimlerinin çevirilerine tekrar baktığımızda, insanlar bir mucizenin kavrayışından kör olmaya eğilimlidir. Biz tiyatral olandan zevk alıyoruz ve daha derin anlamı kaçıırız. Şifa içsel bir süreçtir, gerçekte olduğunuz kişi ile bağlanma ile, sevgi enerjisi ile kolaylaştırılır. El pozisyonları, semboller ve metodoloji önemsizdir, hatta onları neden kullandığımızın anlayışı olmadan onları izlersek/sürdürürsek zararlıdır. Bedenin ve zihnin iyileştirilmesi olağanüstüdür, ancak bu kim olduğunuzun sadece başlangıcıdır. Üstatlık gerçek beninizi bilmekten gelen içsel bir süreçtir. Sizin dışınızdan gelen tanımlamalar kolayca uzaklaştırılabilir. Shamballa ebedidir. Siz ebedisiniz.

Spiritüel bir uygulama olarak Shamballa ona uyumlanma, enerjiyi kullanma ve onunla gelen farkındalık ile ilgilidir, kendi içinizin daha derinlerine gitmek ve içeride olanları ortaya çıkarmak. İçerisi Sonsuz olandır, asla ölmeyen ve yaşamın kendisinin pınarından gelen gençlik çeşmesidir. Gençlik çeşmesi, Kutsal Kadeh, gizli hazine. Shamballa ÇBŞ, bir yoldur.

Shamballa meditasyonunuzun bir parçası olarak kullanılabilir veya her gün yaptığınız gibi elle şifa (veya uzaktan şifa) olarak kullanılabilir, onu doğru yapıp yapmadığınızı merak edip kaybolmayın. Bırakın deneyim sizin rehberiniz olsun, o sizin ve sadece sizin deneyiminizdir. Şifanın ne olduğu ile ilgili perspektifinizi değiştirerek, deneyiminizi değiştirirsiniz. Aynısı, siz hastalar ile veya arkadaşlarınız ile çalışırken doğrudur. Deneyime bırakmanız çalıştığınız kişiler için şifayı derinleştirir. Onlar sadece kendiniz için deneyime izin verdiğiniz genişliğe kadar açılışı, kutsamayı alabilir.

Bedeninizin ve şifa verdiğiniz kişilerin bedenlerinin ortadan kalkmış gibi hissedeceğiniz bir zaman gelecek. Şifa verirken gözleriniz açık veya kapalı olabilir, bunun önemi yoktur. Yaptığınız şeyi unutacaksınız, ama bu muhteşem olacak.

Birlik içinde,
Linda White Dove

ÇAKRA SİSTEMİ

Çakralar bedenimizin enerji merkezleridir, çakralar çeşitli boyutlara ait bedenlerimiz arasındaki arayüzeydir, ayrı ayrı sistemleri bağlayan noktalardır, daha yüksek boyutlardan gelen enerjiyi daha düşük boyutlara tadil etmek/hafifletmek için transformatör gibi davranırlar, böylece sonuç olarak sinir sistemimizdeki herhangi devreleri yakmadan enerjiyi bedenlerimize absorblayabiliriz. Bedenimizde metafizikçiler ve yerli sağlıkçı insanlar tarafından çağlar boyunca tanınan yedi adet büyük çakra vardır. Gerçekte bedenimizde yüzlerce çakra vardır. Eğer akupunktur uzmanları, Shiatsu uzmanları ve diğer masaj uygulayıcıları tarafından kullanılan meridyen sistemine aşina iseniz, bu meridyen hatlarının kesiştiği her yer küçük bir çakradır. Biz ayrıca ellerimizde, ayaklarımızda, ayaklarımızın altında ve başımızın üzerinde bir çok büyük çakraya sahibiz.

Bu çakralar gerçekte anafor gibi dönen küçük girdaplardır. Sanskritçede Çakra "tekerlek" anlamına gelir, bu enerji tekerlekleri Kaynak'tan, eterik alemlerden yaşam gücü enerjisini döndürerek alır, bir insan fiziksel bedeninde bir hayat yaşayan spiritüel varlıklar olmamızı mümkün kılar. Böylece, bu girdapları açık, berrak tutmak ve düzgün fonksiyon yapmasını sağlamak sağlıklı olmak ve iyi – olmak için çok önemlidir, sadece fiziksel bedenimiz için değil, ayrıca eterik bedenlerimiz için.

Enerji akışında yarattığımız blokajların çoğu zihinsel bedenimizde (zihinsel bedenimiz fiziksel bedenimizden yaklaşık 60 santim uzaklıktadır) ve duygusal bedenimizde (fiziksel bedenimizden yaklaşık 20 santim uzaktadır) ve/veya fiziksel bedenimizdedir. Sınırlayıcı bir düşünce (zihinsel) veya travmatik bir olay (duygusal) çoğunlukla bu eterik bedenlerin birinde sıkışmayı/daralmayı tetikler, bu daralma eğer salıverilmezse enerji akışında blokaja neden olur. Bu içsel şeytanlarımız ile yüzleşmeyi reddettikçe, bu enerji blokları bedenlerden geçerek (bedenler vasıtası ile) ilerler, sonunda son dinlenme yeri olarak fiziksel bedene girer ve "hastalık" olarak adlandırdığımız şey olur. Hastalık gerçekte insan bedenindeki bir spiritüel varlık olarak gelişmeye devam etmemiz için Yüksek Benliğimizin, düzeltmemiz gereken bazı dengesizliklere, salıvermemiz gereken bazı travmalar ve düşünce modellerine dikkatimizi çekme teşebbüsüdür.

Bu kristalize olmuş düşünce formları veya sahip olduğunuz şeyler bizim yaşam gücümüzü bloke eder. Bunlar çakralardaki ve meridyenlerdeki enerji akışını engeller. Bunlar chi'mizi tıkar, kısar. Büyük çakraları temizlemek tüm dört – beden sistemimize giden (fiziksel, zihinsel, duygusal, spiritüel bedenlerimiz) enerjiyi yeniden aktive etmeye yardımcı olabilir. Bu, bir çok şekilde yapılabilir. Bu bölümde, enerjiyi ve renk imgeleme meditasyonlarını kullanan birkaç çakra temizleme egzersizi sunuyorum. Sizinle rezonansa giren egzersizi seçmenizi ve bunlardan bir veya ikisini her gün uygulamanızı öneriyorum.

Çakraları temizlemenin diğer yolları, çiçek özleri ve değerli taş iksirleri, tonlama/şarkı söyleme, kristal kaseler, ziller/çanlar, gonglar, davullar, Shamballa veya diğer enerji çalışmaları, kristaller, yoga, masaj ve diğer beden çalışmaları gibi titreşimsel sağaltıcıları içerir. Sizi çeken yöntemleri araştırmanızı ve onları günlük yaşamınıza dahil etmenizi teşvik ediyorum.

Herhangi bir fiziksel problem çakralar vasıtası ile tedavi edilebilir. Geleneksel Reiki el pozisyonlarının çakra sistemi üzerinde yoğunlaşmasının nedeni budur. Her bir çakra bazı organlarla ve bezlerle birleşiktir, bu organlar ve bezler yaşam gücü enerjisini çakralar vasıtası ile çeker.

Anılarınız kimyasal olarak nöronlarınıza nasıl kaydoluyorsa, çakralarınıza da enerjisel olarak öyle kaydoluyorlar. Deneyimlediğiniz her önemli olay veya duygusal olarak sizi etkileyen her olayın bir kopyası çakra enerjilerinize kaydolur.

Her çakra kişiliğinizin farklı bir yönünü düzenler, spesifik görevleri vardır ve enerjilerini bu görevlere harcar. Her biri hikayenizin bir parçasının şifrelerini taşır. Çakralarınız hayatınızı

anlatırlar ve aynı zamanda geçmişinizi de içlerinde taşıyor olabilirler. Enerjileri tıkanmış bir çakra açıldığında, onunla beraber bütün hayatınız da açığa çıkabilir.

Çakralar, şu anki rahatsızlıklarımızda geçmişimizin oynadığı rolü açığa çıkarırlar. Hala geçmişimizin enerjilerinin kilitlenip kaldığı çakraları temizleyerek, bütün enerji sisteminizi destekleyebilirsiniz ve çakralarınızın türlerine göre ; hayat gücünüz (kök), yaratıcılığınız (ikinci çakra), kendinizi hissettirme yeteneği (solar plexus), sevgi ve şefkat hisleriniz (kalp), kendinizi ifade yeteneğiniz (boğaz), geçmiş aşabilme yeteneğiniz (alın) ya da evrene olan bağlılığınızdaki akışınız (taç) artacaktır.

Çakraların üzerindeki elektrik salınımları saniyede 100 – 1600 devirlik bir frekansa sahiptir, buna karşılık bu frekans beyinde 0 – 100, kaslarda 225, kalpte ise 250 dir.

Her çakra kendi enerji alanı içerisindeki organları, kasları, bağları, damarları, tüm diğer sistemleri etkiler. Çakralar aynı zamanda endokrin sistemini de etkiler ve bunlar ruh halimizle, kimliğimizle ve bütün sağlığımızla son derece ilgilidirler.

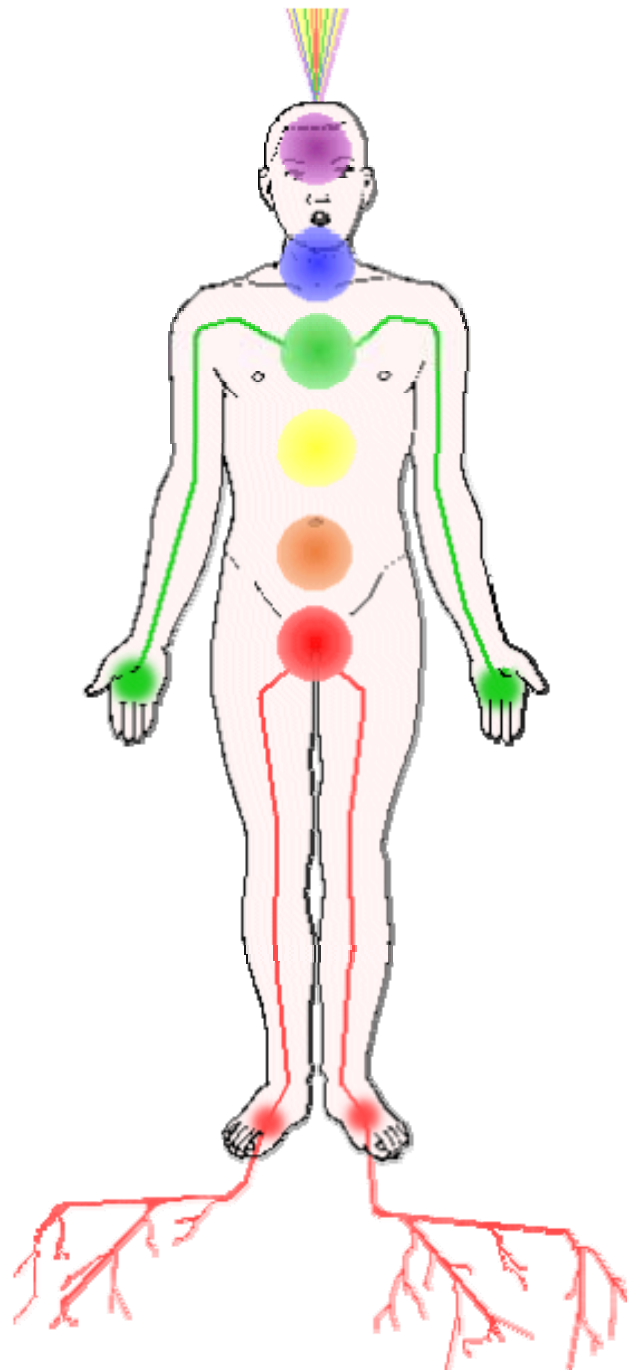
Her çakra, evrende bulunan belirli bir enerji formunun kanalı olmaktadır. Yedi çakra sırayla ;

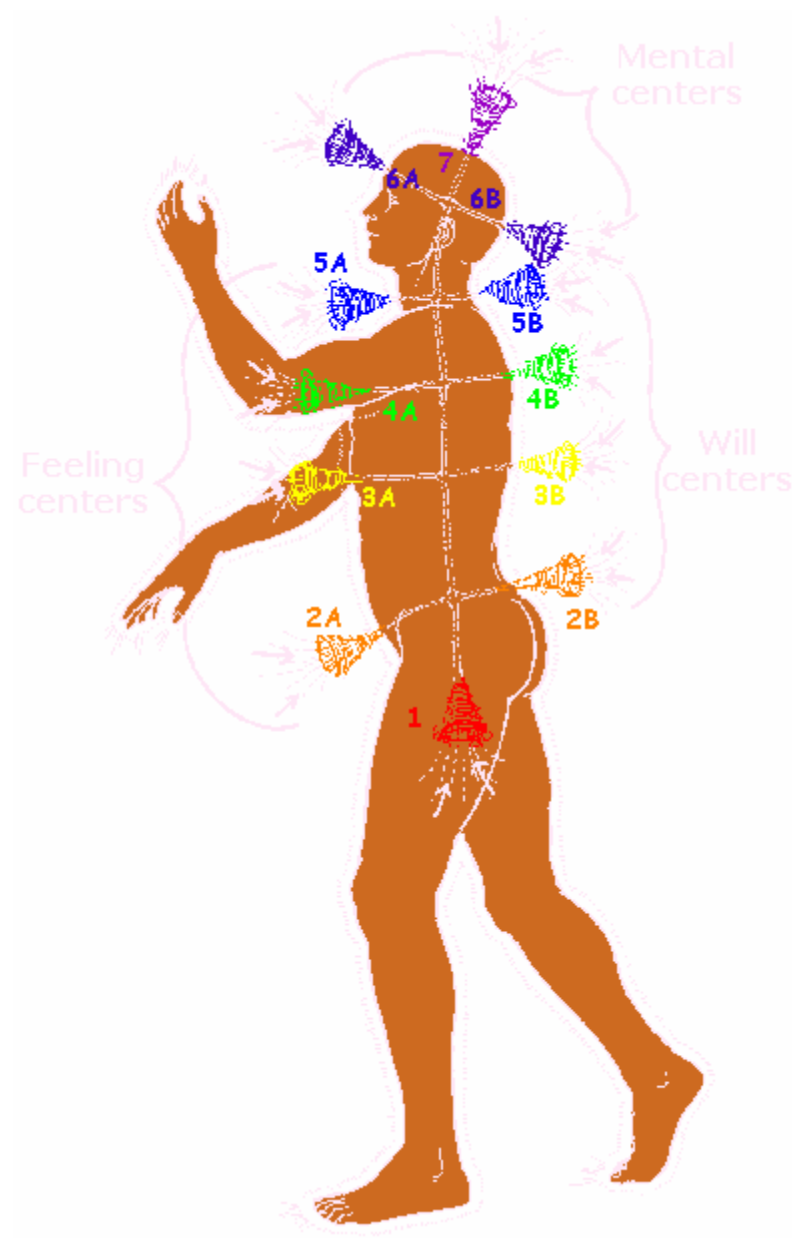
Hayatta kalma (kök) ; yaratıcılık (sakral), güç (3 ncü), sevgi (kalp), ifade (boğaz), aşkınlık (alın), ve birlik (taç) prensipleriyle rezonans halindedir.

Her çakranın enerjisi bu evrensel prensiplerin bedeninizde ifade edilen birer mikrokozmosudur.

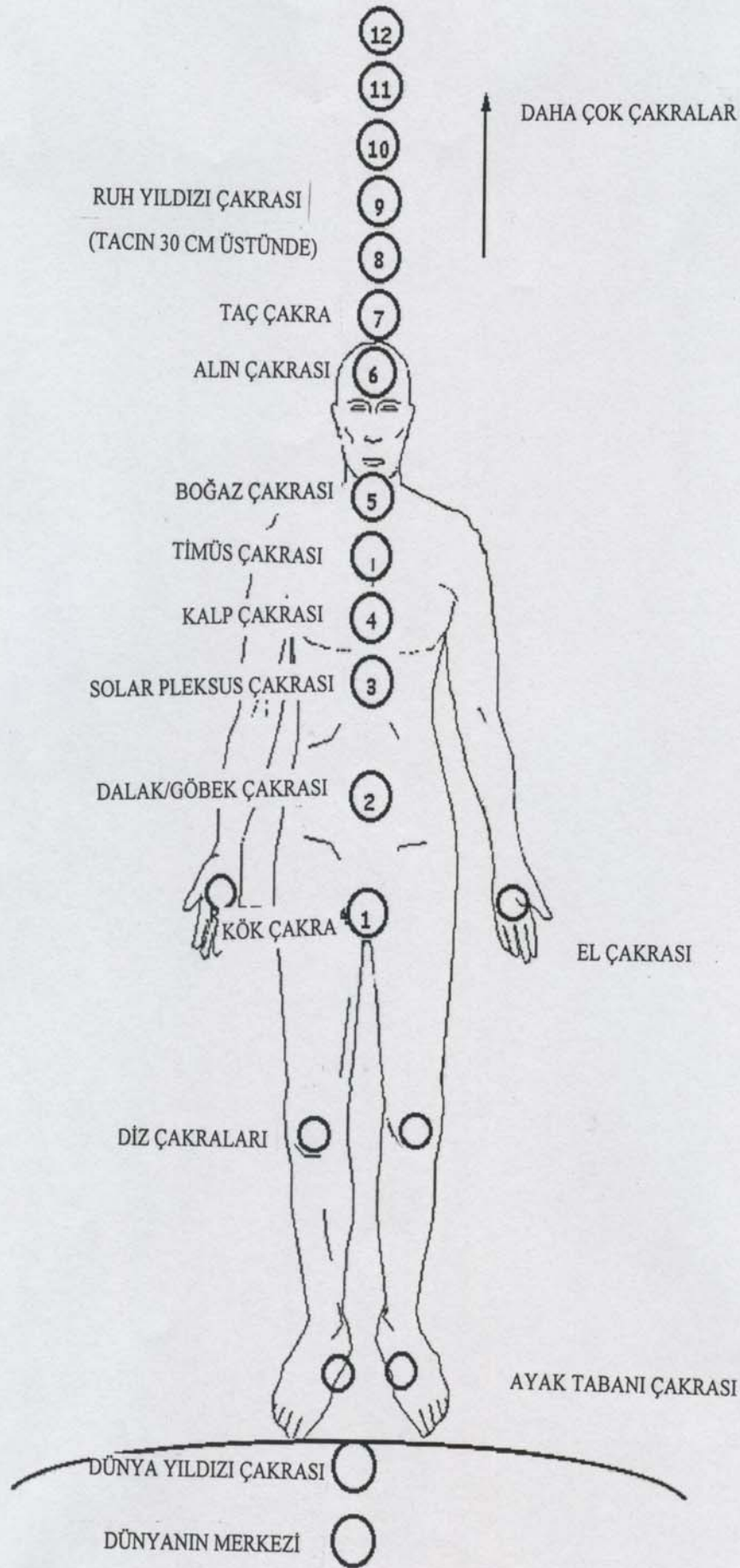
Çakralar endokrin sistemini yönetirler, dolayısıyla çakralarınızı dengelemek hormonlarınızı da dengeler, böylece duygularınızı da bir dengeye getirecektir. Bir çok kişi için, çakralarla çalışmak değiştirilmiş bir şuur düzeyine ya da daha yüksek seviyeli güçlerle bağlantıya geçme hissi verecektir.

Çakralarınızı temizleyip güçlendirdiğinizde auranız da canlılık kazanır. Eğer her gün enerjilerinizin uyumlu olmasını ve serbestçe dolaşmasını sağlarsanız, bedeniniz hastalıklara karşı korunaklı güçlü bir kale haline gelecektir.





ON İKİ ÇAKRA SİSTEMİ



BÜYÜK ÇAKRALAR (Sıralanan renkler 3 ncü boyuta ait renklerdir ve o çakrayı AÇAN renklerdir ; bir çakrada başka bir renk görebilirsiniz. Diğer renkler o çakrayı kapatır veya dönüşünü yavaşlatır veya dönüş yönünü tersine çevirir. Eğer gördüğünüz renk berrak ve güzel bir renk ise, bununla ilgili endişelenmeyin. 3 ncü boyutta gördüğümüz renkler diğer boyutlarda görülenlerden farklı ortaya çıkar.)

Bedenlerimizde bir çok çakralar vardır. Aşağıda verilenler büyük çakralardır, bu çakralar bedenin merkez eksenini boyunca sıralanmıştır. Bu çakralar bazen *antahkarana* olarak adlandırılan bir ışık tüpü vasıtası ile birbirine bağlıdır. 1 – 3 çakralar fiziksel çakralardır ; bunlar duygusal bagajlarımızın çoğunu depoladığımız yerdir. Onları tamamen temizlediğimizde, bunlar tek çakra olur. En sonunda çakraların hepsi bedenimiz boyunca genişleyen bir ışık tüpü oluşturmak için birleşir.

Böylece, eğer onları aşağıda sıralandığı şekilde görmezseniz, bilin ki ilerlemede iyi iş yapmışsınız ve doğrusu çok hızlı ilerliyoruz.

DÜNYA YILDIZI ÇAKRASI : Ayaklarınızın yaklaşık 20 santim altındadır, sizi Dünya Ana'ya bağlar ve sizi topraklanmış tutar.

BİRİNCİ/KÖK ÇAKRA : Omurganın tabanında, hayatta kalma konuları ile ilgili, KIRMIZI

İKİNCİ ÇAKRA (hara) : Yaratıcı veya Cinsel çakra. Alt karın, göbeğin altında. Adrenalleri etkiler. Yaratıcılık. Cinsel deneyimlerin anıları çoğunlukla burada depolanır. TURUNCU

ÜÇÜNCÜ ÇAKRA : Solar Pleksus, göbeğin hemen üzerinde. Duygusal çakra. Metabolik ve hayati enerji, psikolojik ve duygusal enerji akışı. Tamamlama yeteneği. SARI

DÖRDÜNCÜ ÇAKRA : Timüs/Kalp çakrası. Kalbin üzerinde. Ben'in, başkalarının ve durumların kabul edilmesi. Çabasız hizmet. Şefkatin, duruhissedişin, Koşulsuz Sevginin daha yüksek spiritüel deneyimi. **Dönüşüm ve yükseliş için merkez çakra.** YEŞİL veya YEŞİL ile çevrelenmiş PEMBE.

BEŞİNCİ ÇAKRA : Boğaz, Tiroid bezinin yakınında. Alma ve verme döngüsü ile, başkaları ile iletişim ile ilgili. GÖK MAVİSİ

ALTINCI ÇAKRA : Üçüncü Göz, Alın, gözlerin üzerinde ve arasında. Pineal (hipofiz) bezini etkiler. Realiteyi görmek, sezgi, ayırtetme yeteneği ve tercihleri seçme ile ilgili. Psişik yetenekler. Geri planda merkezde Beyaz Yıldız ile INDIGO (lacivert).

YEDİNCİ ÇAKRA : Taç. Başın tepesi. Formu oluşturmak için soyut olandan fikirler alma yeteneği ile ilgili. Ben'in diğer boyutlara ait parçaları ile ve spiritüel rehberlik ile bağlantı. MOR

SEKİZİNCİ ÇAKRA : Daha Yüksek Çakraların ilki, başın üzerinde. Ruh Yıldızı olarak bilinir. Varlığın (varoluşun) Yeri (merkezi, oturduğu yer) olarak ifade edilebilir. PARLAK YEŞİL – MOR

DOKUZUNCU ÇAKRA : Işıkbeden ile ilgili. Bu çakra sevinç ile ilgili. PARLAK YEŞİL - MAVİ:

ONUNCU ÇAKRA : İçimizdeki eril/dişiil denge ile ilgili. Bu çakra dengelendiğinde, sağlıklı olmak ve ruhunuzla birleşmek çok kolaydır. *PEARLESCENT BEYAZ*

ON BİRİNCİ ÇAKRA : Sizi Yeni Çağ enerjilerine bağlar. Enerji özgürlüğün enerjisidir. O, depolanmış travmaları vs işlemenize izin verir. PARLAK PEMBE – TURUNCU

ON İKİNCİ ÇAKRA : Sizi Mesih bilinçliliğine bağlar, insanın tekamüsel potansiyeli. Bu enerji tüm enerji formlarının bir araya birleştirir. PARILDAYAN ALTIN RENGİNDE.

Deneyimin 4 ncü, 5 nci ve daha yüksek boyutları ile ilgili başka bir çok çakra vardır.

13 – 16 ÇAKRALAR

12 nci Işının üzerinde (henüz) bizim için elde edilebilir Işınlr yoktur, ancak 12 nci çakranın üzerindeki çakralara en azından kısmen erişiyoruz – veya erişmeye hazırlanıyoruz.

13 NCÜ ÇAKRA – BOLLUĞU TEZAHÜR ETTİRME (Soluk Mor – Pembe) : 4 ncü boyutun realitesi bolluk – dahil etmedir – herkes için yeterince vardır. Kıtık 3 ncü boyutun realitesidir. Kıtık korkuya ve rekabete/yarışmaya, sahip olma, sahip – olmama zihniyetine neden olur. Bu zamanda tam bolluk tezahürünü engelleyen kıtlığın titreşiminin kollektif bilinçten salıverilmesine büyük direnç vardır. Bu çakraya erişebiliriz ve dönüşüm sürecine yardım edebiliriz.

14 NCÜ ÇAKRA – İLAHİ PLAN (Koyu Mavi – Mor) : İnsanlık kutupluluğun ötesine ilerlediğinde, 14 ncü çakrayı kullanabileceğiz, 14 ncü çakra 4 ncü boyutta tezahür ettirmek için potansiyel olarak elde edilebilirdir. Önce kutuplulukların bütünleştirilmesinde üstat olmalıyız. 14 ncü çakrayı bütünleştirerek, Dünyanın ve diğer yaşayan şeylerin enerji izgarasını etkileyebiliriz. Bu zamanda bu çakrayı aktive etmeye başlayabiliriz, ancak tam uygulama/gerçekleştirme henüz gelmektedir.

15 NCİ ÇAKRA – MONADİK BAĞLANTI (Altın Beyaz) : Bu çakranın aktivasyonu bireysel perspektifin sonunu ve biraraya gelen benzer enerji alanlarının kollektif gücüne girişi temsil eder. Bu bize tekamül sürecinin sınırsız olduğunu hatırlatır.

16 NCİ ÇAKRA – YÜKSELİŞ – EVRENSEL VARLIK (Mor Beyaz) : Beşinci Boyut. İnsanlığın çokboyutluluğunun farkındalığı. Ne OLDUĞU ile NE OLABİLECEĞİ arasındaki uçurumun iyileştirilmesi. İnsanlığı bir bütün olarak, tüm diğer yaşam formları ile birbirine bağlı olarak görmek. Kitlesel bilinçliliği etkileme yeteneği. Şimdi insanlar için elde edilebilir en yüksek bilinçlilik seviyesi.

Avuç ve parmak çakraları

Ellerin avuçlarındaki çakralar çoğu zaman küçük statüye düşürülür. Bunlar günlük yaşamlarımızda büyük değere sahiptir ve şifa enerjilerini paylaşmak için açık ve aktif olmalıdır.

Bu çakralar şifa enerjisini aktarır ve evrenden enerjisel bilgi alır. Avuç çakraları şifa enerjilerine kendiniz için ve başkaları için kanal olmanız için ve bir odanın, kişinin, durumun vs. enerjisinin izlenimlerini almak için kullanılır. Bu çakralar, niyet ile açılabilirdiği zaman yaşam kalitemizde büyük fark yaratabilir.

Transpersonal çakraların en önemlisi şefkati ve içsel huzuru yöneten ve ruh dünyasına bağlayan üst göğüsteki timus veya eterik kalptir. Kalp çakrası ile boğaz çakrası arasında bir çakranın mevcut olduğuna inanırız. Bu çakra sizi dünyaya ve cennetlere bağlayan çok güçlü bir enerji kanalıdır. Bu çakra ile birleşmek duygusal ve spiritüel planlarınıza büyük farkındalık getirir.

Kendi üzerinizde ve başkaları ile çalışırken enerjiler ile bu çakrada deneyler yapabilirsiniz – herhangi bir zarar vermezsiniz. Bu çakra kişinin içinde tanınırsa ve düzgün olarak fonksiyon yaparsa, varlığınızın gerçeğine açık olursunuz. Bu kutsal kayıtlara ulaşmak gibidir. Bu çakranın cennetlerden inanç ve spiritüel bilgelik getirdiği ve bizi dünyasal plana bağladığı görülüyor. Yüksek zihin içsel çocukla buluşmaktadır. Bu çakrayı hissetmeyi öğrenmenin ve onu farkındalığa geri getirmenin tüm seviyelerde şifa ve bilgelik getirdiği söylenir. Bu çakra ile şifa ve büyümeyi teşvik etmek için mavi ve yeşil renkleri kullanırız.

Enerji bedeninde bu zamanda gerçekleşen en önemli tekamül çakra fonksiyonlarının birleşimidir. Tüm çakralar geçmişte olduğundan daha çok birlikte çalışmaya başlıyor.

ÇAKRA DENGELEMENİN BİR YÖNTEMİ

Sağlıklı bir beden ve zihin, çakraların dengede olması anlamına gelir. Çakra sistemi psikolojik ve duygusal veçheler için denge mekanizmasıdır. Çakra sistemi bir takım/birlik olarak fonksiyon yapar. Çakraların arasındaki enerjilerin akışı dengeli olmalıdır.

Sağ elinizin parmaklarını, çakradan çakraya geçerken “üç ayaklı sehpa” pozisyonunda tutun (çok hafif temas). Bir enerji seviyesinde bağlandığınızı hatırlayın.

Sol elinizin avucuna enerji akışını hissedene kadar sol elinizi taç çakranın yaklaşık iki buçuk santim üzerinde tutun (alıcı yüzüstü yatar durumda).

Alicının taç çakrasındaki enerji seviyesini belirledikten sonra, Sağ elinizle üç ayaklı sehpa pozisyonunu Altıncı Çakra üzerinde kullanın (enerji akışını denetlemek için sol elinizi tacın üzerinde tutmaya devam edin). İki elinizdeki enerji akışı dengelendiği zaman (bu bir iki dakika alabilir) Sağ elinizi bir sonraki çakraya götürün, yine dengelemekte olduğunuz çakranın üzerinde üç ayaklı sehpa pozisyonunda tutun.

Tüm çakralar dengelendiğinde, enerjiyi kasıktan çeneye kadar süpürün (15 – 20 kere), Sol elinizi Taç Çakrada tutmaya devam edin ; sonra enerjiyi süpürün ve süpürürken Taç Çakradan elinizi aralıklı olarak çekin.

Çakra sistemini dengelemenin başka bir yolu her bir çakranın enerjisini bir sarkaç ile kontrol etmektir. Saat yönünde enerjisel bir hareket arıyoruz (durgun değil veya saatin tersi yönünde değil ; ayrıca çok hızlı değil). Elinizi çakra üzerinde saat yönünde hareket ettirin (eğer isterseniz temizlenmiş ve programlanmış bir kristal kullanabilirsiniz), arzu edilen sonucu elde edinceye dek periyodik olarak sarkaç ile kontrol edin. Her bir çakra üzerinde el hareketi ile birlikte tonlama kullanabilirsiniz ve alıcı berrak parlak olan o çakraya uygun rengin çakraya girdiğini imgeleyebilir. Veya onlardan ne gördüklerini anlatmalarını isteyebilirsiniz ve tüm sislilik veya karanlık gittiğinde ve parlak bir renk geldiğinde, bitirmiş olursunuz. Bu fiziksel beden çakraları içindir.

ÇAKRALARI DÖNDÜRME EGZERSİZİ

Bu egzersiz çakralarınızı döndürmeye ve dengelemeye yardımcı olur. Her çakra onunla ilgili bir renge sahiptir ve özel bir yönde döndürülmelidir, hem arka hem ön. Çakralarınızın hangi yönde dönmesi gerektiğini bulmak için, Sağ elinizi yukarıda tutun, başparmağınızı kaldırın ve diğer parmaklarınızı avucunuza doğru kıvrın (otostop pozisyonu). Diğer parmaklarınız bir çakranın merkezine doğru kıvrılmış olarak sağ el parmağınızla işaret ettiğinizde, çakranın parmaklarınızın kıvrıldığı yönde döndüğünü imgeleyin. Örneğin, kök çakranızın doğru dönüş yönünü kontrol etmek için, Sağ elinizi

başparmağınız yukarıyı gösterir durumda bacaklarınız arasında tutun ve kıvrılmış parmaklarınızın yönüne bakın. Ön taraftaki bir çakranın dönüş yönünün arka taraftaki çakranın dönüş yönüne ters olduğunu göz önünde tutun.

Bu egzersizi yaparken, hangi çakra renklerinin imgelemenmesinin zor olduğuna dikkat edin veya hangi çakraların yapışmış/hareketsiz görüldüğüne, yanlış yönde döndüğüne veya dairesel bir şekilde dönmediğine dikkat edin. Ayrıca hangi çakraların önceden dengeli olduğuna dikkat edin. Bu, kişisel şifa keşfiniz ve çalışmanız için odaklanmaya ihtiyacınız olan yer ile ilgili ipucu verebilir.

Çakralarınızın *doğru hızda dönmesi, doğru şekilde olması, doğru frekansta olması, doğru yönde dönmesi* için **komut** verebilirsiniz. Bu egzersizi yaparken çabalamayın veya çok fazla efor sarfetmeyin. Çakra dengeli hissettirene ve dönene dek aşağıdaki adımların her biri ile devam edin ve renkleri berrak şekilde imgeleyebilirsiniz. Çalıştığınız çakrada çalışma tamamlandığında enerjinizin ve farkındalığınızın bir sonraki çakraya ilerlediğini farkedebilirsiniz. **BAHSEDİLEN TÜM RENKLERİN YERİNE MAHATMA ENERJİSİNİ [ALTIN – GÜMÜŞ – MENEKŞE] KULLANMAYI İSTEYEBİLİRSİNİZ.** (Bunu tavsiye ederim).

Dünyaya bağlanarak bu egzersize başlayın (Topraklanma bölümüne bakın)

Nefes alırken, bacaklarınızdan yukarıya ve KÖK ÇAKRANIZA, KIRMIZI enerjiyi (veya MAHATMA Altın – Gümüş – Menekşe'yi) soluduğunuzu imgeleyin. Ayrıca, nefesinizin havadan kırmızı enerjiyi getirmesine izin verin. Aynı anda, çakranızı doğru yönde döndürün. Her bir yeni nefesle, daha fazla kırmızı enerjinin bacaklarınızdan yükselmesine, KÖK ÇAKRANIZI doldurmasına ve dengelemesine izin verin. KIRMIZI enerjiyi, dengelenmiş hissedene kadar solumaya devam edin.

Bir sonraki nefes alışınız ile farkındalığınızı İKİNCİ ÇAKRANIZA getirin. KÖK ÇAKRANIZDAN KIRMIZI enerjinin yükselmesine ve İKİNCİ ÇAKRANIZDA TURUNCU olmasına izin verin. Hem önünüzdeki, hem arkanızdaki İKİNCİ ÇAKRANIN doğru yönde döndüğünü imgeleyin. Her yeni nefes alış ile, dünya enerjisinin bacaklarınızdan yukarıya yükseldiğini, İLK ÇAKRANIZ için KIRMIZI'ya dönüştüğünü, İKİNCİ ÇAKRANIZ için TURUNCU'ya dönüştüğünü hissedin. TURUNCU enerjinin nefesiniz ile havadan gelmesine izin verin. Dengelenmiş hissedene kadar İKİNCİ ÇAKRANIZA turuncu solumaya devam edin.

Yukarıdaki gibi devam edin, KIRMIZI enerji TURUNCU olsun, ÜÇÜNCÜ ÇAKRANIZDA (solar plexus) SARI olsun. Ön ve arkadaki çakraların doğru yönde döndüğünü imgeleyin, ÜÇÜNCÜ ÇAKRANIZ dengelenmiş hissettirene dek SARI enerjiyi solumaya devam edin.

DÖRDÜNCÜ ÇAKRADA (kalp/timüs) renk YEŞİLE dönsün. Ön ve arka taraflarda dönüşü imgeleyin. Bu çakra dengelenmiş hissettirene dek YEŞİL solumaya devam edin.

KIRMIZIdan TURUNCU'ya, SARI'ya, YEŞİLE ve BEŞİNCİ ÇAKRADA (boğaz) MAVİ'ye dönsün. Ön ve arka çakralarda doğru dönüşleri imgeleyin. Bu çakra dengelenmiş hissettirene kadar MAVİ enerjiyi solumaya devam edin.

KIRMIZIdan TURUNCU'ya, SARI'ya, YEŞİLE, MAVİ'ye, ALTINCI ÇAKRADA renk INDIGO olsun (Üçüncü Göz). Ön ve arkada doğru dönüşü imgeleyin. ALTINCI ÇAKRANIZ dengelenmiş hissettirene dek INDIGO enerjisi solumaya devam edin.

KIRMIZIdan TURUNCUya, SARIya, YEŞİLe, MAVİye, INDIGOya, YEDİNCİ ÇAKRANIZDA renk MOR olsun. Doğru dönüşü imgeleyin. YEDİNCİ ÇAKRA dengelenmiş hissettirene kadar MOR enerji soluyun.

Yüksek Çakralar ile devam edin :

SEKİZİNCİ : parlak ZÜMRÜT YEŞİLİ – MOR
DOKUZUNCU : parla MAVİ YEŞİL
ONUNCU : PEARLESCENT BEYAZ
ON BİRİNCİ : parlak PEMBE – TURUNCU
ON İKİNCİ : parıldayan ALTIN

8 – 12 Çakraları Aktive Etmek ve 8 – 12 nci IŞINLARI Getirmek İçin Meditasyon

Kaynak Yıldızından aşağıya inen, kanalınızdan aşağıya inen ve tüm dört – beden sisteminize yayılan parlak Yeşil – Mor Işığın güzel bir Işınını imgeleyin. Bu **Sekizinci Işın** tüm varlığınıza nüfuz ediyor. Onun ışığı ile duygusal bedeninizi yıkayın, duygusal bedeninizin temizlendiğini ve dengelendiğini hissedin. Onun yeşil – mor parlaklığını alnınızın ortasındaki üçüncü – göz çakranıza getirin. Bu, bölgeyi aşırı enerjilendirmemek için kademeli olarak yapılmalı. Işık gelirken, onu açılan bir tünel gibi görün. Tünelin sonunda ışık görün. Işığın içine girin ve ışığın ötesini görün. Eğer berrak bir kuvars kristaliniz varsa, şimdi onu Üçüncü Göz bölgenize yerleştirin ve buraya Sekizinci Işını getirin. ONAYLAYIN : *"Şimdi Kaynak enerjisinin dört – beden sistemime serbestçe akışını engelleyen tüm eski modelleri ve eski kristalize enerjileri salıveriyorum. Bunları ŞİMDİ Sekizinci Işına ve Yedinci Işının dönüştürücü enerjilerine salıveriyorum."*

Şimdi, Kaynaktan inen, tüm bedeninize, dört – beden sisteminize nüfuz eden parlak yeşil – maviyi, açık bir aqua Işınını görün. Bu, sizi Işık/Ruh bedeninize uyumlayan **Dokuzuncu Işıdır**. ONAYLAYIN : *"Ruhun doğası sevinçtir. Ruh olarak, sevincin enerjilerini çağırıyorum"*

Şimdi, Kaynaktan aşağıya Kaynak Yıldızınız vasıtası ile kanalınıza ve tüm varlığınıza yayılan güzel **pearlescent beyaz Işık** imgeleyin. Eğer ona izin verirsiniz, Onuncu Işın Işık Bedeni fiziksel yapıya kodlayabilir. O, Işık Bedendir. Bu Işın yapmayı aradığınız o değişikliklerde kilitlemenizi sağlayabilir. (Brian Grattan'dan meditasyon) :

Onuncu Işın ile çalışmak için

- (1) Kaynağın **Mahatma** beyaz – altın ışığını Kaynak Yıldızdan tüm kanalınıza ve Dünyanın merkezine kadar getirin. Topraklanın.
- (2) Sonra birer birer, dört – beden sisteminize gelmeleri için Başmelekleri çağırın : Ruh – seviyenize **Metatron** ; Taç/üçüncü göz bölgenize **Ratziel** ; boğaz/kalp çakralarına **Khamael** ; solar pleksusunuza **Mikail**. Polarite çakranıza **Rafael – Uriel – Cebrail**. (Mikail – Rafael – Uriel – Cebrail'i bir kare birliği olarak görün, birlikte çalışan dört köşe taşı). Kök çakranıza **Sandalphon**. **Metatron** ve **Sandalphon** arasındaki hizalanmayı görmek ve tutmak çok önemlidir ; bu ikisi birbirine ayrılmaz şekilde bağlıdır.

MAHATMA/KAYNAK

METATRON

RATZIEL

KHAMAEL

MİKAİL

RAFAEL

URIEL

CEBRAİL

SANDALPHON

Kavrayıcı

DÜNYA

Dinamik (Aktif)

Bedenin sol tarafı

Bedenin sağ tarafı

(3) Tüm kanalınıza Onuncu ışını çağırın. **Mahatma** enerjisi ile tüm varlığından akan ve Dünyanın merkezine akan bu parlak inci Işığı görün. Bunu fiziksel bedeninizdeki her hücrenin içine dökülen bir çağlayan olarak imgeleyin.

(4) Destek için **Anne** enerjisiyi çağırın. Varlığınıza nüfuz eden ve kalp çakranıza demirlenen Tanrıça enerjisini hissedin. Orada rahat bir şekilde demirlendiğinde, onun enerjisinin sizden aktığını ve Dünya'nın merkezine demirlendiğini görün. Onuncu ışın ile çalışmanın sırrı kendinizin tüm veçhelerini *bütünleştirmektir* ve *sonra* zihinsel ve duygusal bedenlerden tamamen salıvermektir, Onuncu Işının yeni siz olmanıza ve yeni fiziksel – spiritüel bedeninizin başlangıcına izin verin ! ONAYLAYIN : *"Ben Ruhum/Monad'ım, Ben İlahi Işığım, Ben Sevgiyim, Ben İradeyim, Ben değişmez/belirlenmiş Dizaynım"*

Şimdi, Kaynak'tan akan, varlığınıza nüfuz eden **parlak bir pembe – turuncu Işığı** imgeleyin. **Bu On Birinci Işın** sizi İlahi Bilgelik ile genişlemiş İlahi Sevgi ile temasa getirir. O Dünya'da Yeni Çağa bir köprüdür. Onun nüfuz edici enerjisi, temizlenmesi gereken eski enerjinin son kalıntılarını uzaklaştırmaya yardımcı olur. Bu Işın size Sekizinci Işın tarafından kaçırılan herhangi kalıntıları temizleme fırsatı verir ve ayrıca kendinizi dengeleme fırsatı verir. Bu ışın ile çalışmanın iyi bir yolu, kendinizi veya özel bir alanı veya tüm dünyayı, bu ışının bir battaniyesi ile kaplamaktır. Ve siz bunu yaparken, Dünyanın enerjisinin bu tipini absorblamaya başladığını görün. En ideal şekilde, o çok dengeleyici tipte bir enerjidir ve dengelenmenize yardım eder. Bu, **Hizmetin Işınıdır**. ONAYLAYIN : *"Işığın ve Sevginin Kaynağı, gereksinimi biliyoruz. Bizim de sevebilmemiz ve vermemiz için kalplerimize Sevgi ile yeniden dokun."*

Son olarak, bu inisiyasyon boyunca davet etmiş olduğumuz güzel **altın/beyaz Işına** bir kez daha odaklanalım. **On İkinci Işın** tüm Işıkların, tüm olasılıkların bir kombinasyonudur. Yeni Çağın Işını. **Mahatma** şimdi Dünya gezegeni ile hizalanırken, bu, insanlık için yeni bir seviyedir ve insanlığın bu dördüncü boyut ile, yaratıcı seviyesi ile temasa gireceği anlamına gelir...O Kaynak seviyesi ile bilinçli etkileşimin daha tam olarak gerçekleştiği tamamen yeni bir başlangıçtır.

ONAYLAYIN : " Kendimi Tüm Var Olan ile, kendi BEN'İM VARLIĞIM, **Mahatma** ile hizalamayı diliyorum". Duygusal bedeninize onaylama yapın, "sen sevilyorsun ve biz olan bu tüm Işık varlığının parçasısın, *BEN Ruhum. BEN Monad'ım. BEN Mahatma'yım. BEN mükemmel bir Işık Varlığıyım, Kaynak ile birim*" Bunu ayrıca fiziksel ve zihinsel bedeniniz için onaylayın. Şu onaylama ile bitirin, "*Şimdi kendimi **Mahatma**'yı almaya açıyorum ve yaşamımdaki spiritüel bolluk için teşekkür ediyorum. Ve öyledir !*"

ENERJİ DENGESİ İÇİN ONAYLAMALAR

KÖK ÇAKRA

Yüksek Benliğimin tüm gereksinimlerimi karşılayacağına güveniyorum. Hayatım bolluk ile dolu.

İKİNCİ ÇAKRA

Cinselliğimi kabul ediyorum ve onaylıyorum. Fiziksel sağlığım güçlü ve saftır.

SOLAR PLEXUS

Yumuşak ve sağlıklı bir yolla, tüm çözülmemiş duyguları salıveriyorum. Kişisel gücümle sahip çıkıyorum.

KALP ÇAKRASI

Sevgiyi özgürce ve kolayca alıyorum ve veriyorum. Tüm geçmiş hatalar ve yargılamalar için kendimi ve başkalarını tamamen bağışlıyorum.

BOĞAZ ÇAKRASI

En derin duygularımı ve hislerimi incelikle ifade ediyorum.

ÜÇÜNCÜ GÖZ ÇAKRASI

İçsel vizyonum berrak ve güçlüdür. Sezgilerime ve içsel vizyonuma güveniyorum.

TAÇ ÇAKRA

Spiritüelliğimi kabul ediyorum ve onaylıyorum.

SEKİZİNCİ ÇAKRA : Şimdi, Kaynağın enerjisinin 4 – beden sistemime serbestçe akışını bloke eden tüm eski modelleri ve eski kristalize olmuş enerjileri salıveriyorum.

DOKUZUNCU ÇAKRA : Ruh'un doğası sevinçtir, sevincin enerjilerini çağırıyorum.

ONUNCU ÇAKRA : BEN Ruhum. BEN İlahi Işığım. Ben Sevgiyim, BEN İradeyim, BEN BENİM.

ON BİRİNCİ ÇAKRA : Işığın ve Sevginin Kaynağı, Gereksinimi biliyoruz. Bizim de sevebilmemiz ve vermemiz için kalplerimize Sevgi ile yeniden dokun.

ON İKİNCİ ÇAKRA : Kendimi Tüm Var Olan, kendi BEN'İM varlığım, Mahatma ile hizalamayı diliyorum. BEN Kaynak ile bir olan mükemmel bir ışık varlığıyım.

* * * * *

Mükemmel sağlık içinde fonksiyon yapmama izin veriyorum.

Her hücrenin salıvermesi için izin veriyorum.

Bedenimin kontrolüne sahibim....Sorumluluğu alıyorum. (örnek, yeteneğimden sorumluym)

Süptil Bedenler

Bizler fiziksel bir bedende oturan spiritüel varlıklarız. Biz tek başına fiziksel bedenimizden ÇOK daha fazlasıyız. Bizim toplamımızı oluşturan diğer – boyutsal bedenlerimiz çoğu zaman *eterik bedenler* veya *süptil bedenler* olarak adlandırılır ve sadece diğer boyutları görebilenler için görünürdür. Bunların her biri farklı sistemlerde farklı isimlere sahiptir.

Fiziksel bedenimiz **Eterik Beden** ile çevrelenmiştir ve Eterik Beden tarafından nüfuz edilir. Bu beden, pisişik görüşe sahip olanlar tarafından mavi hatlı bir network (ağ) olarak görünür. Fiziksel bedenimiz için modeli muhafaza eder. Bir kolunu veya bacağını kaybedenlerin bazen hala onu hissetmesinin veya onun varlığını duyumsamasının nedeni bu bedendir.

Fiziksel bedenimizin yüzeyinin ötesine uzanan, yaklaşık 20 santim uzağında bulunan beden, **Duygusal Bedendir**.

Fiziksel bedenimizin yüzeyinin ortalama 60 santim uzağında **Zihinsel Beden** bulunur.

Bunun ötesinde sınırsız olarak uzayan/genişleyen bir seri **Spiritüel Bedenlere** sahibiz.

Bu spiritüel bedenler çeşitli toplumlar ve sistemler tarafından farklı şekilde listelenmiştir, ancak bu onları tasavvur etmenin en basit yoludur ve oldukça iyi çalışır.

Süptil Bedenler çakralar vasıtası ile birbirlerine bağlıdırlar ve birbirleri ile etkileşirler. Çakralar tüm bedenlerden yayılır. Her süptil beden özel bir çakra ile fiziksel bedene bağlıdır. Çakralar transformatörler olarak görülebilir. Yaşam gücü enerjisi bedenlere çakralar yolu ile girer, çakralar gelen enerjinin titreşimlerini düşürür, böylece bir alttaki boyuta ait beden bu enerjiyi yönetebilir. Eğer Kaynağın yaşam gücü direkt olarak fiziksel hücrelerimize aksaydı, bir saniye içinde yanıp kül olurduk.

Aura, bedenimizden yayılan ve Dünya atmosferi ile etkileşim içine giren çok katmanlı bir enerji küresidir. Aura, bizi saran ve kucaklayan, karşılaştığımız enerjilerin çoğunu süzen ve ihtiyacımız olan enerjileri içine çeken koruyucu bir atmosferdir. Her çakranın, evrendeki daha büyük enerji alanlarına uyumlanan birer enerji istasyonu oluşu gibi, aura da çevremizdeki enerjileri çakralarımıza getiren ve çakralarımızdaki enerjiyi de dışarı aktaran çift yönlü bir anten hizmeti görür.

Aura, Evrensel Enerji Alanının varlıkların etrafında yer alan parçasıdır diyebiliriz. Aura çeşitli katmanlardan oluşur, bu katmanlar çoğu zaman süptil bedenler olarak adlandırılır, bunlar birbirlerine nüfuz eden, birbirlerini çevreleyen ardışık katmanlar halindedir.

İçteki en yoğun olandan dıştaki en ince olana kadar aura katmanları :

1. Eterik 2. Duygusal 3. Zihinsel 4. Nedensel 5. Eterik kalıp 6. Sezgisel 7 .Kozmik

Bu isimler tam veya belirleyici değildir ve bireysel katmanların çoğu ve tüm sistem çoğu zaman astral beden olarak adlandırılır.

Enerji bedeni veya auranın daha bir çok katmanı vardır. Auranın her tabakası birbirine nüfuz eder ve merkezimizde başlar. İçeriden dışarıya doğru gittikçe her seviyenin titreşimi daha incilir ve yükselir.

Aura sürekli olarak değişir, duygusal ve nedensel katmanlarda baskın bir renge sahip olabilir. Stres, travma ve duygusal acı fiziksel planda hastalık olarak tezahür etmeden önce tahrif/bozulma ve bloklar olarak aurada görülebilir. Her katman aynı rakamdaki

çakra ile ilgilidir. Bedene en yakın olandan dışarıya doğru tüm katmanlar bedene nüfuz eder.

1. Eterik : Alt astral, kök çakra, iki buçuk veya beş santim yayılan mavimsi veya grimsi katman, görülmesi en kolay olan katman. Bazı insanlar içsel organların eterik dış hatlarını (taslaklarını) görebilirler. Bazıları açık mavi veya koyu mavi ızgara görürler. Hayatta kalma konuları, fiziksel beden fonksiyonu ve ağrının, zevkin, otomatik fonksiyonun vs. fiziksel duyumu.
2. Duygusal : Sakral Çakra, yaşamlarımızın ve varlığımızın duygusal tarafları. Yumuşak çok renkli ışık bulutları olarak görünür, bedenden iki buçuk ile on beş santim uzaklıkta. Duygusal blokların ve acının olduğu yerlerde karanlık noktalar veya bulutlu alanlar ve durgun alanlar görünür.
3. Zihinsel : Altın ızgara, Solar Plexus Çakrası, zihinsel beden düşünce işlemlerini, lineer düşünceyi yansıtır. Kişisel güç.

Bu üç beden alt astraldır ve birlikte kişiliği oluşturduğu söylenir ve gebe kalınca yaratıldığı ve ölümden çıktığı söylenir.

4. Nedensel : yüksek astral, Buddhik, Kalp Çakrası, çok renkli bulutlar, kalp ve sevgi ile ilgili. Bu üç adet alt seviyeyi daha yüksek olan üç seviyeyle birleştirir, gerçekte tüm şifa enerjisi bu katmandan gelir, hem özel hem de evrensel sevginin katmanıdır ve spiritüel katmanların ilkidir.
5. Atmik (Eterik Kalıp) : Mutluluk, boğaz çakrası, iradenin daha yüksek yanları, ilahi irade ile daha çok bağlantı, konuşma, iletişim, dinleme, sorumluluk alma. Beden etrafında mavi bir ızgara ışık balonu olarak görülür, bedenden beş santim ile on beş santim uzanır. Dengelendiği ve aktive edildiği zaman bir mutluluk hissi ve ilahi olan tarafından yönlendirilme hissi sağlayabilir. Bu zamanda insanlara daha açık oluyor. Sözün gücü, tezahür ettirme.
6. Sezgisel (Monadik) ; keterik kalıp, Alın çakrası, çok renkli ışık iplikleri, spiritüel iletişim, kişinin farkındalığını besleyen İlahi Sevgi, tüm yaşamın Sevgisi ve her şeyle birlik.
7. Kozmik : Evrensel, altın veya beyaz ışık ipliklerinin keterik balonu, Taç çakra, Yüksek zihin, ilahi ve spiritüel bilgi ile bağlantı ve varlığın spiritüel ve fiziksel veçhelerinin bütünleştirilmesi.

MERİDYENLER

Meridyenler ve çakralar bedenimizdeki bütün organlara enerji taşır.

Meridyenleri, bedene ve bedenden dışarı enerji taşıyan elle tutulur on dört yol olarak düşünebilirsiniz. Meridyenlerinizde derin bir zeka vardır.

Meridyenler, "noktaları" birleştiren enerji yolları, derinin yüzeyi boyunca devam eden yüzlerce minik ısı, elektromanyetik ve süptil enerji hazneleridir. Çin tıbbında akupunktur noktaları olarak bilinen bu enerji noktaları, iğnelerle veya fiziksel basınç uygulayarak enerjiyi açığa çıkarabilmek veya yeniden dağılmasını sağlayabilmek için tetiklenebilir. Akupunktur noktaları derinin yüzeyinde bulunurken, meridyenler beden derinliklerine doğru yolculuğa çıkar ve her bir organın ve kas grubunun içinden geçerek yolculuğunu sürdürürler.

Meridyenler her organı ve her psikolojik sistemi etkilerler ve buna bağışıklık, sinir, endokrin, dolaşım, solunum, sindirim, iskelet, kas ve lenf sistemleri dahildir. Her sistem en az bir meridyen tarafından beslenir. Bir arterin kan taşıması gibi, bir meridyen de enerji taşır. Meridyenler, bedenin kan dolaşımına benzer şekilde enerji dolaşımını

sağlayarak, canlılık ve denge getirir, tıkanıklıkları giderir, metabolizmayı düzenler ve hatta hücrelerin değişiminin hızını ve formunu da belirlerler. Bir meridyenin enerjisi tıkanığında veya düzensizleştğinde, beslediği sistem de tehlikeye girecektir.

ENERJİLENME İÇİN 40 NEFES MEDİTASYONU

Chi veya ki gücünün merkezi göbeğin beş santim aşağısında, hara'dadır. Bu noktada, Dünya enerjisi Dünya'nın yüzeyine paralel olan yatay dalgalar halinde hareket eder, omurgadan yukarıya ve aşağıya hareket eden spiritüel enerji ile kesişir. Savaş sanatlarının bazı şekilleri chi'yi artırmak ve depolamak için benzer meditasyonları öğretir. Bu meditasyon esnasında başparmağınızı değişik parmaklarınıza dokundurduğunuzda farklı enerjilere bağlanmanızı kaydetmek ilginçtir.

1. Rahat bir şekilde oturun. Her iki elinizdeki başparmağınızı ve işaret parmağınızı birleştirin ve ellerinizi dizlerinizin üzerine koyun.
2. Burnunuzdan dörde kadar sayarak nefes alın, beyaz ışığın kalbinize girdiğini imgeleyin.
3. Ağızınızdan dörde kadar sayarak nefes verin, ışığın kalbinizden ki merkezine, göbeğin beş santim altına indiğini imgeleyin ve şunu düşünün, "Bu yaşam kaynağını al ve onu depola"
4. Nefes almayı ve vermeyi üç kere daha tekrarla, her bir parmak için toplam dört kere. Dördüncü nefes verişte, nefes verişinizi yirmiye kadar sayarak sürdürün.
5. Her iki elinizde de, başparmağınızı bir sonraki parmak (orta parmak) ile birleştirin
6. Adım 2 den 4'e dokuz kere daha tekrarlayın (toplam on ; $10 \times 4 = 40$ nefes), her seferinde başparmağı bir sonraki parmakla birleştirin. Bu başparmak hareketi 10 set sayılarak kullanılır.

BEYİN DENGEME

"Beyin dengeleme" basit ve etkili bir tekniktir. Beyni dengeleme, beynin iki yarım küresi arasındaki enerjiyi dengeler. Beyin dengeleme başağrıları hafifletmek, sarıyı kontrol etmek ve dyslexia'ya (okuma yeteneksizliği ; kelime körlüğü) yardımcı olmak için kullanılmaktadır. Enerjiyi bir yöne ve sonra diğer yöne kanal olma ağrısı ve blokları hafifletme için bedenin tüm kısımlarında kullanılabilir. Partnerizin beynini dengelediğinizde, siz de işlemde dengelenmiş olursunuz.

1. Bir partner ile çalışın. Yere sırtınızı bir yere yaslayarak rahatça oturabilirsiniz ve partneriniz başını sizin dizinize koyabilir. Veya, bir masaj masasında çalışıyorsanız, partneriniz masaya sırt üstü yatabilir ve siz onun başının yanında ayakta durabilir veya oturabilirsiniz. Veya, eğer partneriniz bir sandalyede oturuyorsa, sandalyenin arkasında durabilirsiniz. Beyin dengelemesini hemen hemen her yerde yapabilirsiniz.
2. Dünyaya bağlanın ve daha önce anlatıldığı şekilde (Topraklanma bölümünde) enerjinin kollarınız ve elleriniz boyunca akmasını başlatın.
3. Her bir elinizin ortadaki iki veya üç parmağını partnerinizin başına, kulaklarının yaklaşık iki buçuk santim üzerine nazikçe koyun. İki kafatası kemiğinin hafifçe çukur olduğu yeri hissedersiniz.
4. Şimdi, tek eliniz vasıtası ile dünya enerjisine kanal olun, enerji partnerinizin beyninden diğer elinize aksın. Diğer elin nötral ve alıcı olmasına izin verin ve beyne akıttığınız enerjinin diğer taraftan çıkmasını gözleyin ve dikkat edin. Partnerinizin beynindeki dirence dikkat edin (enerjinin ilerlemesi ne kadar kolay veya zor)
5. Alıcı elinizde enerjiyi hissedinceye kadar enerjiye tek yönde kanallık yapın (partnerinizin beyninden geçene kadar), sonra enerjiye diğer yönde kanallık yapın.

6. Partnerinizin beyninden enerjiyi geçirmeye devam edin, enerjinin alıcı elinize geldiğini hissettiğinizde yön değiştirin, elleriniz arasındaki direnç aynı yönde de aynı olana kadar devam edin.

7. Beyin dengeleme 3 – 5 dakika sürer ve her gün veya iki günde bir yapılabilir.

8. Birinin beynini dengelerken, işlemde siz de dengelenirsiniz.

ŞİFA SEANSLARI

Şifa odası

1. Odanıza eğilmeden, gerilmeden oturabileceğiniz veya ayakta durabileceğiniz, doğru yükseklikte olan bir şifa masası veya yatak koyun. Bu bedeninizde stres olmadan şifa seansı vermenize yardımcı olur. Oda yumuşak mavi, mor veya pembe renklerle dekore edilirse daha iyi olur. Bunlar hastanın gevşemesine yardımcı olur. Bu, sizin Shamballa şifa seansınızı özel bir oda olmadan yapamayacağınız anlamına gelmez, ama şifaya yardımcı olur. Shamballa şifası her yerde, her zaman, trende, uçakta ve otobüste veya sokakta yapılabilir.
2. Hasta seans sırasında giyinik olmalı, ayakkabıları çıkarılmalı, ancak gevşek olan şeyler giymeli. Şifacı rahat, bol elbiseler giymeli. Hasta seans sırasında üşüyebilir, bu nedenle bir örtü bulundurun.
3. Seanstan önce ve sonra ellerinizi yıkayın. Seanstan önce ellerinizi yıkamak ellerinizde kokular olmamasını sağlar. Seanstan sonra yıkamak seans sırasında çekmiş olabileceğiniz herhangi negatifliği alır. Eğer açık yaraları tedavi ediyorsanız, steril eldiven giyin. Eğer kendi ellerinizde yaralar varsa, onları örtün veya tamamen iyileşene kadar çalışmayın.
4. Eğer seans sırasında hafif, gevşetici müzik çalarsanız bu hastaya yardımcı olur. Bunu seçebilirsiniz, ama müziğin çakralarla uyumlu olmasına dikkat edin. Enstrümental müzik tavsiye ederiz. Keman, harp, flüt, doğa sesleri çoğu zaman gevşeticidir.

Shamballa Şifa Seansını Nasıl Sunarsınız

Bir seans vermeden önce bilmeniz gereken birkaç şey ;
Shamballa seansını yanlış yapmanızın bir yolu yoktur. Bunu yapmak çok basittir, gevşeyin ve işlemiden zevk alın.

El pozisyonlarını hatırlamanıza gerek yok, çalışacak bilgi yok.
Kendinize ve başkalarına seans uygulama aynıdır.

Burada yazılı olan her şeyi unutsanız bile, üzülmeyin. O çalışmaya devam eder. Bir Shamballa seansı verdiğiniz zaman, kişiye içinin derinlerinde olduğu kişiye açılmasına yardım edersiniz. Tüm yaptığınız budur. Onlar zaten olmuş oldukları kimse olduklarından, siz sadece bunun farkedilmesine yardımcı olursunuz.

Kendine Şifa

İlk uyumlamanızı aldıktan sonra Shamballa'yı düzenli olarak, tercihen her gün kullanmak önemlidir. Eğer uygulama yapacak kimseyi bulamazsanız kendinize uygulayın. Shamballa'yı kendinize uygulamak, başka birinin size seans uygulaması kadar iyidir. Kendine şifa için şekiller vardır. Bu pozisyonlar başkalarına şifa verirken de kullanılabilir. Shamballa sistemini ilk kez kullanmaya başladığınızda, tüm el pozisyonlarını kullanmanızı tavsiye ederim. Daha fazla uygulama yaptıkça, kendi sezginizi kullanabilirsiniz ve Shamballa rehberleri hangi pozisyonları kullanacağınıza karar vermeniz için size rehberlik edecektir. Eğer zaman uygunsa tüm beden tedavisi daha iyidir.

Shamballa sistemini kendinizde her gün uygulamak sizi kendinizle ve duygularınızla temasa sokar. Onlarla başa çıkmanızı kolaylaştırır. Korkunun Kaynağa güven eksikliği olduğunu ve ayrılık hissinden ortaya çıktığını hatırlayın. Kaynağa bağlanmak gerçeğe,

güzelliğe, uyuma, sevgiye ve yaşamınızda bolluğa izin verir. Ellerinizi kendi üzerinize koyduğunuzda "Shamballa" diye düşünün, Shamballa enerjisi akmaya başlar. Shamballa şifası yaparken çok az niyet gereklidir.

Başkasına Seans Vermek

Kişiye bir sandalyeye rahatça oturtun veya eğer bir masaj/şifa masanız varsa, yatabilirler. Eğer kişiden yatmasını isterseniz, rahat bir yatak olabilir. Ellerinizi birinin üzerine koyduğunuz zaman otursunuz ve onun üzerine eğilirsiniz. Birkaç dakika sürse de, rahatsız olabilirsiniz. Kendiniz de rahat olun.

Kişi hazır olduğunda, merkezlenmek ve kendinizi topraklamak için biraz zaman ayırın. Bu sizi huzur ve hizmet zihni içine sokar. Bazı insanlar rehberlerini, melekleri çağırmayı sever ve bir dua okurlar. Ben seans boyunca odanın enerjisini temizlemek, yüklemek ve muhafaza etmek için şifa ekibimi çağırıyorum. Ve şifanın kişinin ve ilgili herkesin en yüksek hayrına olmasını isterim.

Ellerinizi kişinin üzerine koyun. Eğer bedenlerinin bir yerinde ağrı/rahatsızlık olduğunu söyledilerse, ellerinizi oraya koyun. Eğer öyle bir şey söylemedilerse, ellerinizi sadece rehberlik verilen yere koyun. Ben çoğu zaman ellerimi omuzlara koyarım, bu çok sakinleştiricidir, dokunulması rahat bir yerdir. Shamballa'da el pozisyonu yoktur. Ellerinizi nereye koyarsanız koyun, o çalışır. Hatırlayın, yaptığınız şey huzur, bolluk, mükemmel sağlık ve neşeyi yaşayan bölümlerinin ileriye çıkması için yardım etmektir ve kişiye en yüksek iyiliği için şifa kazanmasına yardımcı olmaktır. Bu işlem için enerjinin bir kanalı/iletkeni olursunuz. Onların içsel şifacısı gerçek "iş" yapar. Bunu bir partnerlik olarak düşünün.

Ellerinizi birinin üzerine koyduğunuz zaman (bu avuçlar aşağıya bakar şekilde yapılır), onların bireysel sevdikleri ve sevmedikleri şeylere ve rahatlık alanlarına saygı gösterdiğinizden emin olun. Birine dokunmadan veya ellerinizi koymadan önce, sormanız iyi bir fikirdir. Örneğin bazı insanlar boğazlarına dokunulmasından hoşlanmazlar. Bazıları gözlerinin kapatılmasını sevmez.

Ellerinizi kişinin üzerine koyduktan sonra kendinize "Shamballa" deyin. Genelde Shamballa enerjisi her şekilde akar, ancak Shamballa enerjisi ile çalışmak için niyet iyi bir hatırlatıcıdır. Zamanla, artık onu söylemeye ihtiyacınız olmaz.

Tek bir el pozisyonu veya daha fazlasını kullanabilirsiniz. Enerji nereye ihtiyaç varsa oraya gider. Çakraları dengelemeye veya kişinin enerjisinde ne olduğunu belirlemeye gerek yoktur. Sadece kanal olun ve bırakın her şey kendisi gerçekleşsin. Eğer daha önceden Reikiye uyumlandıysanız ve enerjiyi hissedebiliyorsanız, önce Shamballa enerjisinin aktığını ve sonra daha önce uyumlanmış olduğunuz Reiki'nin aktığını keşfedersiniz. Eğer Reiki'ye veya diğer tipteki şifa enerjilerine uyumlanmamışsanız, (enerji akışını hissedebiliyorsanız) enerjinin bir süre sonra kesildiğini keşfedersiniz. Bu, seansın bittiğini gösterir. Eğer emin değilseniz, sezginizi kullanın. Shamballa seansını yanlış uygulamanın bir yolu yoktur!

Seansı bitirdiğinizde ellerinizi kaldırın ve birleştirin. Shamballa enerjisi asla kesilmez, siz sadece o kişiye enerji akışını durdurursunuz. Önemli : Daha fazla süre ile enerji aktarmak daha iyi anlamına gelmez. Ekstra zaman gerekli değildir. Fazla uygulama kimseye zarar vermez.

Bitirdiğiniz zaman, Ruhsal Rehberlerinize, Meleklerle ve yardım için çağırdığınız varlıklara teşekkür edin. Şükranı ifade etmek minnettar olduğunuz şeylerin çoğalmasına izin verir. Çalıştığınız kişiden yavaşça kalkmasını isteyin. Topraklanmaya gereksinimleri varsa, nasıl yapacaklarını gösterin.

Onlara bol su içmelerini hatırlatın ve eğer yorgun hissediyorlarsa yatsınlar. Bu iki basit adım salıverilen herhangi bir şeyi bedenlerinin atmasına yardım eder ve ayrıca uyku kişinin enerjiyle ve seansın sonucu olarak gerçekleşen değişimlerle (şifa) bütünleşmesine yardım eder. Bir seans çalışmasının yaptığı şey kişinin masa üzerinde enerjiyi alması değildir, eve gittiklerinde bu değişikliklerle ne yaptıklarıdır. Onlar kendi şifalarından kendileri sorumludur. Bu sizin seans sırasında sorumluluğunuz olmadığı anlamına gelmez. Sorumluluğunuz mümkün olduğu kadar berrak bir kanal olmaktır. Bunu düzenli olarak kendinize şifa vererek yaparsınız.

Şifadan Sonra Topraklanma

Siz ve tedavi edilen kişi arasındaki manyetik yükü ayırmak için parmaklarınızı birleştirin. Şifayı tamamladıktan sonra aurik alanınızda toplanmış olabilecek herhangi bir enerjiyi deşarj etmek için ellerinizi ve kollarınızı soğuk su ile yıkayın.

Topraklanma Egzersizi

Elektrikçiler evleri elektrik enerjisi için donattıkları zaman, onu enerjinin düzgün olmayan akışından korumak için sistemi topraklamak zorundadırlar. Bedenlerimiz vasıtası ile enerjiye kanal olduğumuz zaman, en iyi sonuçları almak için topraklanmamız gerekir. Ancak, elektriksel topraklanmaya benzemeyen şey, bizim için topraklanmanın dünyaya bağlanmak ve enerjinin topraktan gelmesi anlamına gelir.

Nasıl topraklanırsınız ? Topraklanmak için bir çok farklı yol vardır, hepsinin sonucunda dünyaya bağlanmış olduğunuzu hissedersiniz. Dengelenme ve şifa için, Reiki enerjisi gibi dünya enerjisini kullanabilirsiniz ; dünya enerjisine insanlar için, bitkiler için, hayvanlar için ve gezegenin kendisi için kanallık yapabilirsiniz. Topraklanmayı daha çok uyguladıkça ve enerjiye kanal oldukça, o daha kolaylaşır ve siz daha etkili bir kanal olursunuz.

Aşağıdaki egzersiz dünya enerjisine kanal olma uygulaması için iyidir, hem sizin topraklanmanız için hem de gezegenimizi iyileştirmek için. Gezegenden yukarıya enerjiye kanal olduğumuz zaman, bizden geçer ve gezegene geri döner, dünyaya bize sunduğundan farklı dönüştürülmüş ve şifa enerjisi göndermiş oluruz.

1. Ayaklarınız yere basar durumda sağlam şekilde durun, omuzlar dik, dizler hafif bükülmüş olsun.
2. Gevşeyin ve nefes alın ve tabana basan ayaklarınızın ve sizi ayakta tutan bacaklarınızın farkında olun.
3. Ayaklarınızın farkında olun. Ayaklarınızın yerden aşağıya dünyaya battığını imgeleyin. Ayaklarınız dünyanın içine ekilsin.
4. Bir ağaç olduğunuzu imgeleyin, kökleriniz ayaklarınızdan dünyanın içine uzansın. Bırakın kökleriniz toprak ve kaya tabakalarından, dünyanın derinliklerine, sıcak, titreşen, erimiş merkezine dalsın. Kökleriniz dünyanın merkezine ulaştığında, onlara bir çapa ekleyebildiğinizi imgeleyin, sizin özgürce ilerlemenize, ama dünyaya bağlı kalmanıza izin veren bir çapa.

Yukarıdaki egzersiz sizi topraklar. Eğer topraklandığınızda bu enerjiye kanal olmak isterseniz aşağıdakileri takip edin :

5. Omurganızın ve kökünüzün (ilk çakra) dünyanın enerjisine açıldığını hissedin ve bir ağacın kökleri gibi, dünyanın enerjisinin omurganıza kolayca ve çabasızca yükselmesine izin verin. Her nefes alışınız ile enerjinin size aktığını imgeleyebilirsiniz.

6. Enerjinin tüm omurganızdan akmasına izin verin, tüm bedeninizi doldursun ve başınızın tepesinden dışarı aksın.

7. Enerjinin göğsünüzü ve kalbinizi doldurmasına izin verin ve kollarınızdan ve ellerinizden dışarıya aksın, kollarınız ve elleriniz içinden enerjinin aktığı bir hortum imiş gibi.

8. Enerjinin omurganızdan yukarıya ve kollarınızdan ve ellerinizden dışarı aktığını hissettiğinizde, ellerinizi yere koyun ve bu enerjinin gezegenimizi beslediğini ve iyileştirdiğini bilerek enerjinin geriye dünyaya dönmesine kanallık yapın.

Topraklanmanızı sürdürmenin bir yolu ayaklarınızın tabanlarının farkında olmaktır, özellikle böbrek meridyeninin başlangıcının (ayak kemerinin başlangıcında, ayağınızın topuğunun hemen ötesinde yerleşiktir.)

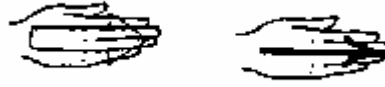
KENDİNİ TEDAVİ İÇİN EL POZİSYONLARI ve DİYAGRAMLAR

Kitapçıktaki bu pozisyonlar çalışmak için bir sisteme gereksinim duyanlar için eklenmiştir, geleneksel Usui Reiki sistemindeki pozisyonlara çekilenler için.

Shamballa – Çok Boyutlu – Şifa sistemi ellerinizi koymanız gereken yere onları kendiliğinden koyarak çalışmanız için sizi teşvik eder. Benim için, bu el pozisyonlarını kullanmak, enerjinin zeki olmadığı ve nereye gideceğini bilemediği anlamına gelir, İlahi İrade ile uyum içinde çalışırken sadece enerjinin akmasına izin verin ve onu kontrol etmeye çalışmayın.

KENDİNİ TEDAVİ – BAŞ BÖLGESİ

Ok parmaklarınızın göstereceği yönü belirtir.
Elinizi bedeninize bastırmadan koyun.



POZİSYON 1



Eller yüzü kaplıyor, parmakların uçları saçın çıktığı yere dokunuyor veya alının üst noktasına. Eller bitişik. Burunu örttüğünüzden emin olun.

POZİSYON 2



Orta parmakların uçları başın tacının üzerine yerleştirilir. Parmaklarınız ve elleriniz başınızın üzerinde nazikçe dursun.

POZİSYON 3



Ellerin tabanı artkafa kemiğinin altında (kafatasının ve boynun başladığı yer). Parmaklar yukarıyı gösteriyor ve her iki elin başparmakları ile işaret parmakları birbirine değiyor. Bunu yapmak zor ise aşağıda verilen alternatif pozisyonu kullanın.

POZİSYON 3 – ALTERNATİF



Ellerinizi başınızın arkasına yatay olarak yerleştirin.

POZİSYON 4



Sol el boyuna yerleştirilir, sağ el onun altına göğüse yerleştirilir.

BEDENİN ÖN TARAFINI TEDAVİ ETMEK

GÖĞÜSÜ TEDAVİ ETMEK



Ellerinizi göğüslerinizin üzerine koyun.

POZİSYON 1

Eller göğüslerin altında, orta parmaklar birbirine değiyor. Eller bedene nazıkçe konur, parmak uçları merkez hatta.

POZİSYON 2

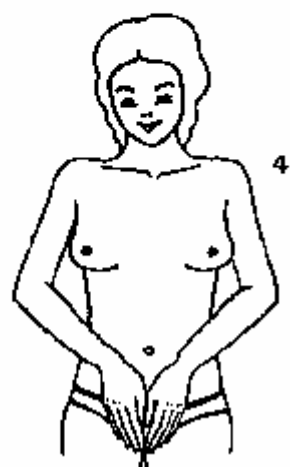
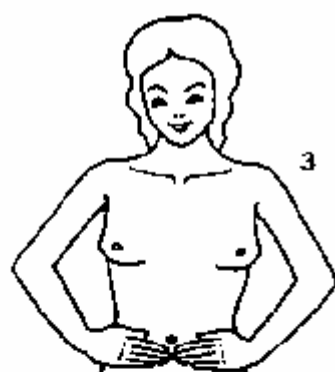
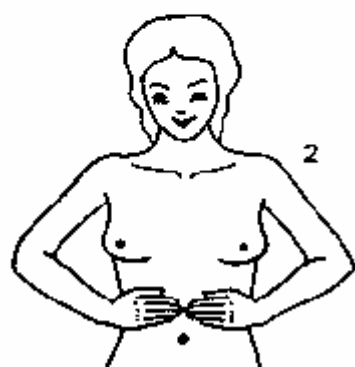
Eller bir el genişliği kadar aşağıya indirilir. Ellerin alt kenarı bel hizasında olmalı.

POZİSYON 3

Eller bir el genişliği kadar aşağıya indirilir, başparmaklar bel hizasında.

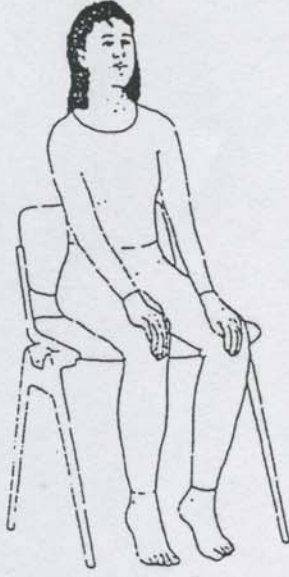
POZİSYON 4

Eller aşağıyı gösteriyor. Başparmaklar ve işaret parmakları birbirine değiyor. Parmak uçları kasık kemiğine dokunuyor.

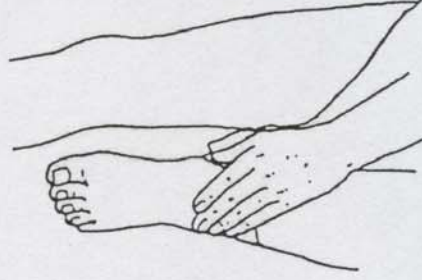


El Pozisyonları (devam)

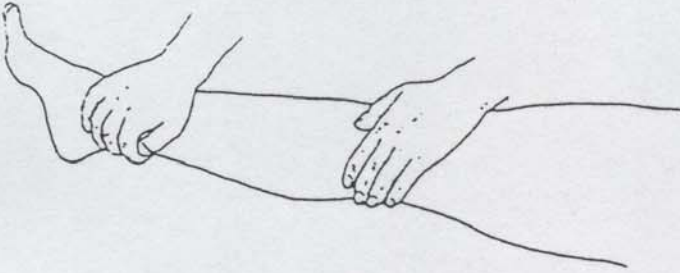
Kendine Şifa – Ön Taraftan – Dizler, Topuklar ve Ayaklar



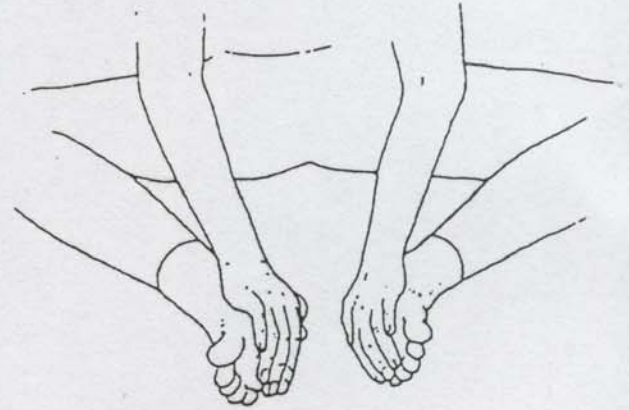
İki Dizin Ön Tarafı



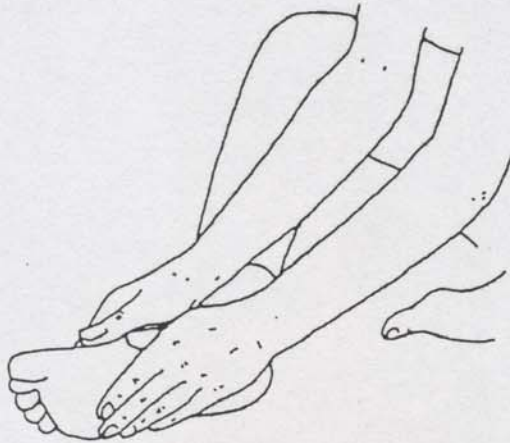
İki Ayak Bileğinin Ön Kısım



Diz ve Bilek Birlikte Her İki Bacağa Yapın

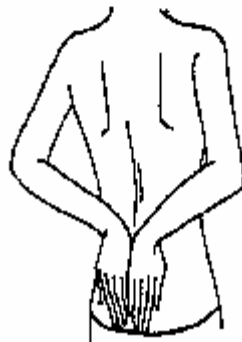
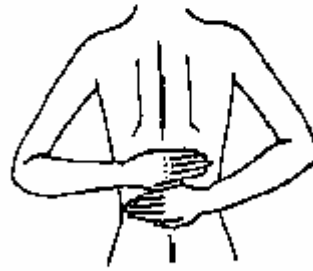
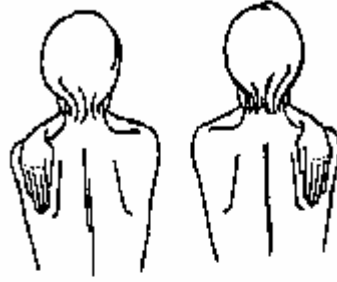


İki Ayacağın Tabanı



Önce Bir Ayacağın, Sonra Da Diğerinin Tabanı

ARKA TARAFI TEDAVİ ETMEK



POZİSYON 1

Ellerinizi omuz kaslarının üzerine yerleştirin.
Orta parmak uçları omurga kanalına dokunsun.
(Omurganın merkez çizgisinin her iki yanındaki çukur)

POZİSYON 2

Bu pozisyonda üç ayrı hareket vardır : a. Sağ el sol omuz köprüsüne konur, omzunuz dengelendikten sonra kolunuzu indirin ve sol elinizi sağ omuz köprüsüne koyun.

Sağ omuz dengelendikten sonra, sol elinizi geriye atın, eliniz yukarı baksın ; sağ elinizi sağ omuzunuzun üzerinden aşağıya uzatın, eliniz aşağıya baksın. Her iki elinizi omuz köprüsünde olsun, parmaklar değsin.

POZİSYON 3 & 4 KOMBİNE

Elin parmak eklemleri merkez hattı üzerinde, Bir elinizi diğerinin üzerine yerleştirin ; eller omurganın her iki yanını eşit olarak kaplıyor.
Alttaki el bel hizasında.

POZİSYON 5

Eller aşağıyı gösteriyor, ellerin kenarı ve küçük parmaklar dokunuyor ; elin tabanı bel hizasında ve orta parmakların uçları kuyruk kemiğinin ucuna dokunuyor.

BAŞKALARINI TEDAVİ

BAŞ BÖLGESİNİ TEDAVİ ETME



POZİSYON 1

Eller alnın üzerine yerleştirilir (saçların başladığı yerden itibaren). Ellerinizi hastanın yüzüne nazikçe yerleştirin. Gözlerin üzerine bir örtü koymayı unutmayın, burnu kapatmadan.

Tedavi edilecek özel dengesizlikler : Göz problemleri, sinüs tıkanıklığı , baş ağrısı, migren, felç, alerjiler, üst solunum yolları tıkanıklığı, ateş, diş eti problemleri, diş ağrısı

Bezler : Hipofiz (Üçüncü Göz : Talamus)

POZİSYON 2

Elleri başın tacına yerleştirin. Parmaklar kulaklara doğru uzansın.

Tedavi edilecek özel dengesizlikler : Zihinsel organizasyon ve rahatsızlıklar; kafa yaralanmaları ; felç, stres beyin sağ ve sol yarısının uyumsuzluğu, motor ve düşünme fonksiyonları, baş ağrıları, migren.

Bezler : Epifiz; hipotalamus



POZİSYON 3

Parmak uçları kafatasının alt kenarına dokunuyor, eller başın arkasında.

Tedavi edilecek özel dengesizlikler : Başağrıları, felç, göz problemleri, burun kanaması, migren, kafa yaralanmaları.

POZİSYON 4

Hastanın arkasında otururken tedavi;

Ellerinizi birlikte, hafifçe boynun altına yerleştirin, işaret parmakları ve başparmaklar birbirine değsin.

Hastanın sağ tarafında dururken tedavi ;

Sol El : boğazda, parmaklar göğsü gösteriyor,

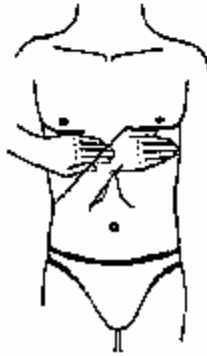
Sağ El : parmak uçları boğazda, avuç göğüste.

Bezler : Tiroid ve paratiroid ; Timus

Tedavi edilecek özel dengesizlikler : Enerjinin canlandırılması, stres, ağırlık kontrolü, kalsiyum absorpsiyonu (emilimi) ; Eterik kalp

Tanrı – Ben : sinirlilik; metabolizma

Pozisyon 4



POZİSYON 1a (Göğüslerin üzeri)

Göğsü tedavi edin.

Tedavi edilecek özel dengesizlikler : Kist, tümörler, lenfatik rahatsızlıklar, aybaşı döngüsü sırasındaki ağrı, migren ağrıları, yumurtalığa ait veya aybaşı döngüsü dengesizlikleri.

POZİSYON 1

Sol El : Hastanın sağ tarafındaki göğüs çizgisinin altında

Sağ El : Sol taraftaki göğüs çizgisinin altında

Sağ elin avucu sol elin orta parmağının ucuna dokunuyor.

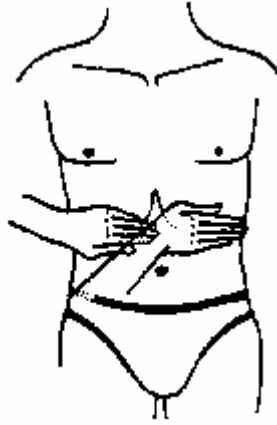
Tedavi edilecek özel dengesizlikler ;

Sağ taraf : akciğerlerin altı; karaciğer rahatsızlıkları ; kan şekeri dengesizlikleri; kan hastalıkları ; sindirim problemleri.

Sol taraf : akciğerlerin altı, bağışıklık sistemi, dalak, travmalı hastalar ile kalp bölgesinden gaz çıkışı olur.

POZİSYON 2

Ellerinizi bir el genişliğinde bedenin aşağısına indirin.



Tedavi edilecek özel dengesizlikler ;

Sağ taraf ; sebze proteini sindirimi, safra kesesi, üst kolon,kolit, kabızlık, mukus birikimi
Sol taraf ; Üst kolon, mide rahatsızlıkları, ülserler, spazm ve sindirim problemleri, pankreas, diabet (şeker hastalığı), kan şekeri dengesizlikleri, hemofili.

POZİSYON 3

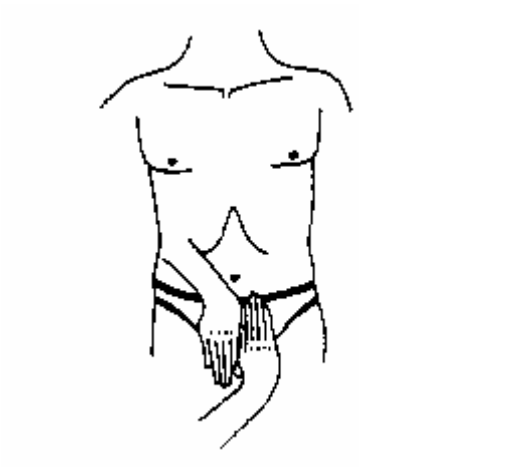
Tekrar, Ellerinizi bir el genişliğine bedenin aşağısına indirin.



Tedavi edilecek özel dengesizlikler ;

Sağ ve sol taraf : kolon ve üst ince bağırsaklar ; kolit ; sindirim ; kabızlık ; stres (solar plexus) mukus birikimi ; gıdalardan besin emilimi.

POZİSYON 4



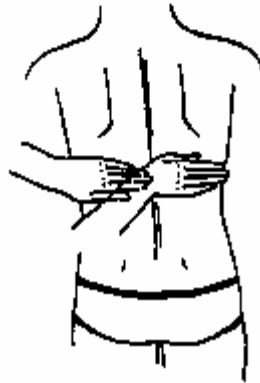
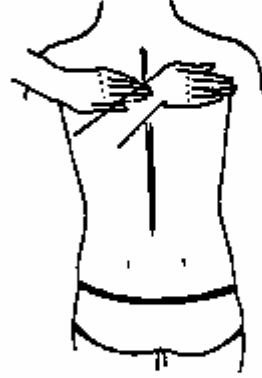
Tedavi edilecek özel dengesizlikler ;

Alt ince bağırsaklar ve kolon, mesane, enfeksiyonlar, artrit, sistit, vajina ve rahim, akıntı problemleri, yumurtalıklar, kistler, aybaşı döngüsü düzensizlikleri, migren,

Üreme organlarının yanlış fonksiyonunun Hipofiz – Epifiz bezleri ve Adrenal bezleri ile bağlantılı olduğunu hatırlayın.

NOT : Üreme organlarına dokunmayın.

HASTALARIN ARKA TARAFINI TEDAVİ ETMEK



POZİSYON 1

Sol El : Elin taban kısmı trapezius kasının üst kısmında ve orta parmak omurganın yan tarafına dokunuyor.

Sağ El : Parmaklar omuz kası üzerinde ve elin tabanı omurganın kenarına dokunuyor.

Tedavi edilecek özel alanlar : Tansiyon ; boğaz problemleri ; omurga problemleri ; boyunun gerilmesinden kaynaklanan başağrıları ;

POZİSYON 2

Sol El : Sol omuz küreğinde

Sağ El : Sağ omuz küreğinde

Tedavi edilecek özel alanlar : sinirlilik ; gerilim ; akciğerlerin arkası ; omurga problemleri.

POZİSYON 3

Sol EL : Sol adrenal bezi üzerinde ve bu böbreğin üst kısmında.

Sağ El : Sağ adrenal bezi üzerinde ve bu böbreğin üst kısmında.

Tedavi edilecek özel alanlar : Diabet ; hiperglisemi (kan şekeri dengesizlikleri) ; stres ; migrenler ; erkek veya kadın üreme organları ; enfeksiyonlar.

Temel olarak tüm beden dengesizlikleri adrenal bezleri üzerinde ilave tedavi zamanına gereksinim gösterir. Şok olduğunda veya şoku önlemek için adrenal bezlerini tedavi edin.

KADIN ÜREME ORGANLARI RAHATSIZLIKLARI

Sol elinizi kasık/rahim bölgesine koyun (Pozisyon 4). Sağ elinizi, dokunmadan bacakların arasına avuçlar iki buçuk santim uzakta olacak şekilde ve vajina bölgesinin önüne koyun.

Tedaviyi alan kişi tüm tedaviler sırasında giyinik olacaktır.

Özel dengesizlikler : Mantar enfeksiyonları ; zona (herpes) ; döl yolu iltihabı (vajinitis) ; idrar yolu hastalıkları ; Aybaşı komplikasyonları ve düzensizlikleri ; yumurtlama rahatsızlıkları veya mesane problemleri.

Başkalarını Tedavi



Kendini Tedavi



DAMAR ŞİŞMESİ (VARİS) VE ZAYIF DOLAŞIM

Ellerinizi sıra ile önce sol bacağı, sonra sağ bacağı tedavi etmeli. Hastanın üreme organlarına temas etmeyin.

Hastanın sağ tarafında oturun, sol elinizi onun bedeninin sağ tarafına koyun, sağ elinizi kasığı örtsün. El kalça ile gövdenin birleşti hat üzerinde olmalı. Sonra ellerinizi hastanın bedeninin sol tarafına yerleştirin. Ellerinizi koyabilmeniz için hastanın bacaklarını açması gerekir. Hastanın ayakları ısınmaya kadar tedaviye devam etmek gerekir. Şişmiş damarların olduğu yeri direkt olarak tedavi edin. (şişkinliğin görüldüğü yerleri veya ağrı olan yerleri).



Başkalarını Tedavi



Kendini Tedavi

KOLLARDAKİ DOLAŞIM

Kollardaki kan dolaşımını artırmak için ellerinizi kolların altına yerleştirin. Bu bölgedeki lenfatik bezleri tedavi etmek toksin gidermek için ve kolların altındaki kistler için mükemmeldir.

Başkalarını Tedavi

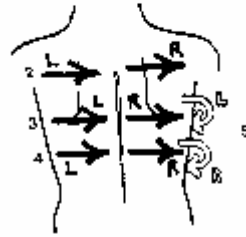
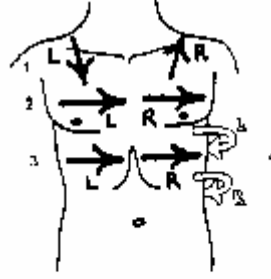


Kendini Tedavi



SOLUNUM RAHATSIZLIKLARI

Sol elinizi sağ tarafa yerleştirin: Okların gösterdiği şekilde.



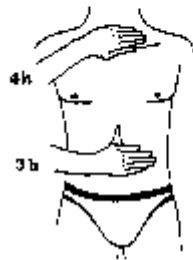
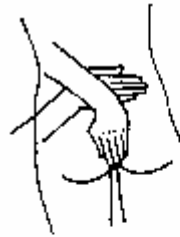
AKCİĞERLERİN ARKASI :

Sol elinizi beden sol tarafına, sağ elinizi sağ tarafına koyun.

Sonra akciğerlerin alt bölümlerini de kapsamak için ellerinizi bir el genişliğinde aşağıya indirin.

Akciğerlerin yan taraflarını da tedavi edin ; kişi sırt üstü yatarken kişinin sol tarafını tedavi etmek daha kolaydır, yüzüstü yatarken sağ tarafını tedavi etmek daha kolaydır.

PROSTAT (erkeklerde) ve HEMOROİDLER (Erkek ve kadınlarda).



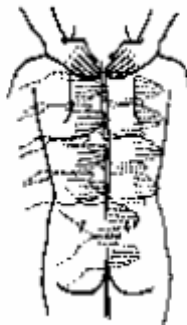
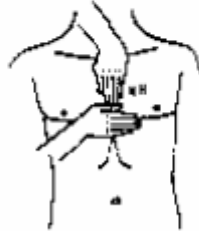
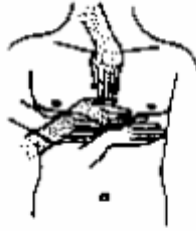
Sol elinizi omurganın kökünün merkezine koyun (sakral kemik), parmaklar aşağıyı gösterecek ve orta parmağın ucu elbisenin üzerinden anüse dokunsun.
Sağ elinizi bel hizasına sırtın aşağısına koyun, sol elin altına, bir T şekli oluşsun.

STRESİ GİDERMEK & ENERJİYİ ARTIRMAK

Sol elinizi boğazın tabanındaki tiroid bezine koyun.

Sağ elinizi solar pleksusun üzerine koyun.

Pozisyonlar 4 H ve 3 B Enerji ve sabah uyanmak için mükemmeldir. Reiki enerjisi tiroidin ve adrenal bezlerinin içsel zekası ile birleşir, enerjiyi artırmak için gerekli hormonları canlandırır veya stresi ve ağrıyı gidermek için kullanılır.



KALP PROBLEMLERİ

Kalp dengesizliklerinin çoğu durumunda, kalp krizleri hariç. Önce, kalbi çevreleyen gazı serbest bırakmak için pozisyon 1 ile çalışmalısınız.

Gaz salıverildiğinde, her iki elinizi kalbin üzerine koyun (Gölgeli el pozisyonu)

KALP KRİZLERİ

Kalp krizlerinde doğrudan kalbe enerji vermeyin. Eğer kalp çarpmıyorsa ve eğer eğitimini aldıysanız kalbe masaj yapın ve ağızdan solunum yapın. Eğer nefes alma kesildiyse tekrar canlandırmak için kalbe masaj yapın.

OMURGA PROBLEMLERİ

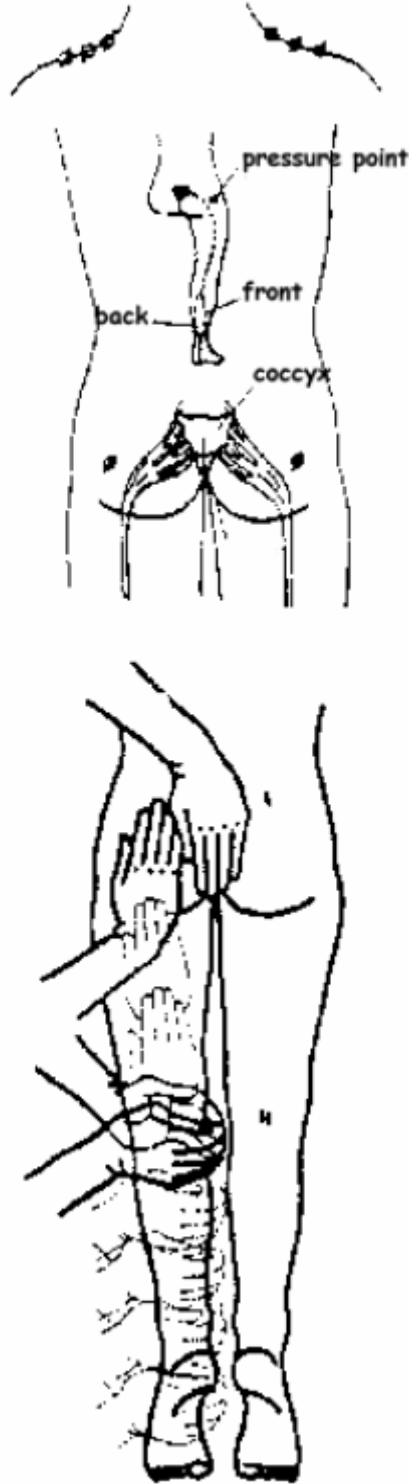
Scoliosis (omurganın herhangi yanlama eğriliği); artrit; omurga yaralanmaları.

Sol elinizi Pozisyon 1 deki omuza yerleştirin, omurganın sol tarafına. Sağ elinizi pozisyon 1 in bitişiğine koyun. Pozisyon 2 den Pozisyon 5 e gelene kadar tüm omurga sütununu tedavi edin. Omurga yaralanmaları tekrarlanması gereken uzun seanslar gerektirir. Omurga rahatsızlıklarının sinirde ve omurgayı ve bitişiğindeki kasları çevreleyen yumuşak dokuda birikmiş duygusal ve zihinsel çatışmaları vardır.

Travma dokunun hafızasından uzaklaştırıldığında, beden güçlenir ve rahatsızlık iyileşmeye başlar.

Yaraların hızlı iyileşmesi için çoğu zaman etkili olan bir teknik zihninizde kaza anına geri dönmek ve tam olayı olduğunca berrak şekilde imgelemektir, yalnızca kazanın, yaralanmanın, travmanın gerçekleşmediğini imgeleyin ve incinmediğinizi imgeleyin, imgelemeyi sık sık tekrarlayın. Etkisini artırmak için bunu yaparken Shamballa uygulayabilirsiniz.

SİYATİK



Kuyruk sokumu kemiğinden bacaklara kadar siyatik sinirinin Nörolojik diyagramı

Omuzdaki basınç noktalarına dikkat edin : gösterge olarak şunları kontrol edin : Kaba etlerin çukurundaki basınç noktaları

SİYATİK TEDAVİSİ

Sol elinizi kuyruk sokumu kemiğine koyun, parmaklar aşağıyı kuyruk sokumu kemiğinin ucunu gösterecek.

Sağ eliniz ile kaba etlerden başlayarak kalçaların aşağısını tedavi edin (sol ve sonra sağ). Dize geldiğinizde sol elinizi aşağıya getirin, bacağın aşağısını ayakların altına kadar sandviç şeklinde tedavi edebilmek için (bir el bacağın altında, bir el üstünde)

ŞİFA ETİKLERİ

Shamballa Çok Boyutlu Şifa Sistemi eşsiz bir şifa yöntemidir. Bir başka insana dokunmanızı gerektirir. Sadece elleriniz ile değil, enerjiniz ile de. Tanrının hepimiz için ulaşılabilir kıldığı kaynağın sevgi dolu enerjisini paylaşırsınız. O eşsiz ve özel bir armağandır.

Şifa için gelen çoğu insan kolayca incinebilirdir. Duygusal olarak veya fiziksel olarak incinebilir olabilirler. Size olan güvenlerine zarar vermemeniz zorunludur. Eğer bir kişi tedavinin sonucu olarak duygusal salıverme deneyimliyorsa onların gizliliğini sürdürmeniz ve yaşamlarına saygı göstermeniz zorunludur.

Aşağıdakiler Shamballa Çok Boyutlu Şifa seansı uygulamanın sonucu olarak karşılaşılabileceğiniz bazı sorunların farkında olmanıza yardımcı olacak bazı ahlaki gözönüne alınacak şeylerdir ;

- Herhangi birini tedavi etmeden önce iznini isteyin. Onların isteklerine saygı gösterin.
- Şifa seansında konuşulan herhangi bir bilgi sizinle o kişi arasında gizli tutulmalıdır.
- Birine seans uygulamadan önce, bir seans sırasında neyin olduğu ile ilgili kısa bir bilgi verin ve onların hangi bölgelerine dokunacağınızı söyleyin. Dokunulmak istemedikleri bölgeleri öğrenin.
- İyileştireceğinizi vaat etmeyin.
- Teşhis yapmayın.
- İnsanlara şifa seanslarının tedaviyi garanti etmediğini ve uygun tıbbi bakımın yerini almayacağını açıklayın ve asla hastanın önceden tanımlanan tedavisini veya ilaçlarını değiştirmesini önermeyin veya diplomalı hekim vs. nin tedavisine müdahale etmeyin.
- Uygun olduğunda diplomalı tıp veya psikoloji uzmanlarına gitmelerini önerin.
- Sizin yetkili veya ehliyetli olmadığınız alanlarda insanlara teşhis yapmaya veya tedavi etmeye teşebbüs etmeyin.
- Shamballa ÇBŞ tedavisi için hastanın elbiselerini çıkarmasına gerek yoktur.
- Özel bölgelere dokunmayın.
- Çocuklar ile çalışırken anne – babasının iznini alın.
- İstenmedikçe şifa vermeyin.
- Masterlar için, istenmedikçe uyumlama yapmayın.
- Alkol veya diğer hapların etkisi altında iken asla şifa vermeyin.
- Shamballa tedavileri veya uyumlamaları için sadece gerekli olan miktar kadar para alın.
- Bir hastayı tıbbi bir bakım alması konusunda cesaretsizliğe itmeyin. Eğer bir insanın hasta, rahatsız olduğunu veya diğer fiziksel veya zihinsel problemlere sahip olduğunu "hissederseniz", onu doktora gitmesi için teşvik edin.

UYUMLAMA NEDİR ?

Shamballa ÇBŞ öğretiminin iki bölümü vardır. Biri Shamballa'nın ne olduğunu ve onunla nasıl çalışılacağını size öğreten eğitici materyaller/bilgidir. Diğer bölüm uyumlamadır. Bu uyumlama enerjinin Shamballa Masterından öğrenciye aktarıldığı bir inisiyasyon olarak tanımlanmıştır. Uyumlama sırasında, öğrenci Shamballa enerjisinin akışına açılmak için yardım alır. Bu tanımın doğru olduğuna inanırken, bu öğrencinin yanlış anlamasına neden olabilir, ayrıca onlara bir şeylerin yapılmış olduğu korkusuna neden olabilir.

Bir uyumlamanın gerçekte yaptığı, öğrencinin kendisinin ve çevresinin zaten bir parçası olan enerjiler ile daha çok uyum içine girmesine yardımcı olmaktır. Bu sizi birinin yıldızlı bir gecede dışarı çıkarması ve size çeşitli yıldızları göstermesi gibidir, size onların ne olduğunu ve ne anlama geldiklerini anlatır. Aniden yıldızlar daha tanıdık gelir ve sık sık gökyüzüne bakmaktan zevk aldığınızı keşfedersiniz. Bir şey size daha tanık geldiğinde ona daha fazla dikkat edersiniz. Bir Shamballa uyumlaması ile, Shamballa Master gerçekte onları sizin bilinçli farkındalığınıza daha çok getirmek için sadece sizin içinizdeki enerjilerin "ışığını yakar", böylece onlar daha kolay kullanılabilir. Shamballa bir tür büyü değildir, o sizin zaten olduğunuz sevgiye açlıştır. O kendini kavrayıştır.

Shamballa uyumlaması sırasında, Shamballa Masterı kendi İlahiliğinizi farketmenizin ışığını yakar. Bu, birinin size aynada ne kadar güzel ve mükemmel olduğunuzu göstermesine benzer. Uyumlama işlemi daha önce farkına varmamış olabileceğiniz içsel nitelikleri aydınlatır, sizi kendi harikaliğinizin ve İlahi güzelliğinizin hissine daha çok açar.

Uyumlamaların birine "bir şey yapmak" olduğuna inanılıyor, çünkü kendimizi tamam olmayan ve ayrı olarak düşünmeye koşullandık. Kendimizi ayrı ve tamam olmayan olarak düşündüğümüzde, bizim sahip olmadığımız bir şeyleri bize vermesi için birine ihtiyacı duyarız. Bu paradigmadan birinin bize bir şeyler yapma olasılığı ortaya çıkıyor. Eğer kendimizi başka birine açarsak incinebileceğimizden korkuyoruz. Bu makalenin uyumlama işlemini açıklığa kavuşturduğunu ve sizi sahip olabileceğiniz herhangi bir korkudan uzak tuttuğunu umuyorum, böylece uyumlamadan zevk almanız ve kendi güzelliğinize ve sevginize açılmanızı kutlamak için.

Linda White Dove

Bir uyumlama kişinin enerji alanlarının (süptil bedenlerinin) titreşimlerini ayarlar ve bu bedenlerin daha önce yapamadıkları enerji tiplerini alabilmeleri için bunları uyumlar.

Uyumlama işlemi sırasında, bir seri enerjiler kişinin enerji alanına mühürlenir, süptil enerji kanalları Shamballa enerjilerinin akması için açılır.

Uyumlamaların yaptığı bedeninizi, enerji alma sisteminizi, yani üst çakra sisteminizi Shamballa olarak adlandırılan bu enerjiler ile çalışması için ayarlamaktır.

John Armitage

FİZİKSEL BEDEN, ENERJİ BEDEN VE DUYGUSAL BEDEN

Shamballa – ÇB – Şifa fiziksel, enerjisel ve duygusal bedenlerimizi ve başkalarınınkini dengelemeye yardımcı olur. Shamballa – ÇB – Şifa el pozisyonları tüm organlarımıza, bezlerimize ve ilgili çakralara enerji vermek için kanal olması için dizayn edilmiştir.

ORGANLARIMIZ

KALP : Kalbimiz vasküler sistemin (damar sistemi) kasıl pompasıdır. Dört odası vardır ; akciğerlerle ilgili olan iki tanesi sağ tarafta ve bedenin kalan kısmı ile ilgili olanlar sol taraftadır. Kalbimiz oksijeni tükenmiş kanı sağ tarafa alır, akciğerlere pompalar ve oksijenlendirilmiş kanı sol tarafa geri alır ve bedenin diğer kısmına pompalar.

Biriktirilen duygusal bloklar : Keder, ıstırap, kalp kırıklığı, hüzn, kayıp, korku, üzüntü, reddetme, incinme. Yaşama korkusu veya ölme korkusu, sevginin bloke edilmesi, alma ve vermenin dengesizliği,

AKCİĞERLER : Akciğerlerimiz kanımız tarafından absorbe edilebilen yere hava taşır ve kandan istenmeyen gazları alır ve dış dünyaya atar.

Biriktirilen duygusal bloklar : Korkuya, öfkeye bağlı astım, düşük enerji, ağırlı öksürük.

MİDE : Midemiz sindirilmemiş gıdayı alır ve sindirim işlemine başlar, gıdanın ince bağırsaklar tarafından işlenmesini sağlar.

Biriktirilen duygusal bloklar : Yutulan her şeyin sindirileceği yer...örneğin eski kurallar, ailenin, arkadaşların, öğretmenlerin, doktorların vs. fikirleri. Ülser kişinin bağırsağını yiyen öfkedir, mide sorunları endişedendir, kişinin yaşamına artık uymayan eski düşüncelerin, hislerin, fikirlerin sindirilmesi,değişim korkusu ve onaylamama.

İNCE BAĞIRSAKLAR : İnce bağırsaklarımız karın boşluğumuzu doldurur ve kalın bağırsaklar tarafından çevrelenir. Kısmen sindirilmiş gıdayı mideden alır ve gıdayı daha çok parçalamak için pankreastan ve karaciğerden salgılar kullanır. Vitaminler dahil besinlerin sindiriminden sorumludur.

KALIN BAĞIRSAKLAR : Kalın bağırsağımız suyu, vitaminleri ve mineralleri absorbe eder. Apandisitimizi de kapsar.

Karında biriktirilen duygusal bloklar : Hara merkezi , ifade edilmemiş öfke/korku hislerinin, öfke/korku/suçluluk ile ilgili çözülmemiş durumların depolandığı yerdir.

KARACİĞER : Karaciğer en büyük organımızdır. Çok sayıda kimyasallardan ve değişikliklerden sorumludur. Kan karaciğere besinleri getirir. Karaciğer karbonhidratları yağa ve proteine dönüştürür. Kolesterol üretir, vitamin A, D, B12 ve demiri depolar. Toksik maddeleri kandan uzaklaştırır.

Biriktirilen duygusal bloklar : Öfke/korku uzun zaman periyotlarında biriktirilir.

SAFRA KESESİ : Safra kesesi hemen karaciğerin altındadır.İnce bağırsakların başlangıcında salgılanan safrayı (öt) depolar. Safra, enzimlerin yağlar ile reaksiyona irebilmesi için yağların suda çözünmesini sağlayarak yağların sindirilmesine yardımcı olur.

Biriktirilen duygusal bloklar : Öfke sertliği, acılığı aşar

PANKREAS : Pankreas, ince bağırsaklara giden ve proteinlerin, yağların ve karbonhidratların parçalanmasına yardımcı olan enzimleri salgılar. Pankreas insülin salgılar. Bir bez olarak düşünülür ve hormonlar tarafından ayarlanır.

Biriktirilen duygusal bloklar : yaşamın tadı, canlılığı, tuzu biberi, parlıtısı, lezzeti gider, kaybolur.

DALAK : Dalak lenfatik bir organdır. Kanı filtreler ve bağışıklık sisteminde etkindir.

Biriktirilen duygusal bloklar : Geçmiş ilişkiler ile bitirilmemiş işleri depolar. Bu geçmiş ile bağlantı yaratmış olan bir kişinin ölümü, iş, yaşam tarzı olabilir.

BÖBREKLER : Böbrekler elektriksel, kimyasal ve yoğunluk dengelerini ve beden suyunun bütünlüğünü sürdürmek için çalışır. Beden suyu hacmini muhafaza ederler, kan plazmasını işlerler ve bedenimizde asit – baz dengesini sürdürürler.

Adrenallerde/böbreklerde biriktirilen duygusal bloklar : Bedenin şok/travma merkezi. Sempatik sinir sisteminin aşırı aktivitesi, adrenalin artması, tüm oto – bağışıklık sisteminin iyileşmesi. Her zaman bu pozisyonu şok, travma, hastalık, ameliyat, duygusal dengesizlikler, her çeşit stres, alerjiler, düşük enerji ve korkular için tedavi edin.

ENDOKRİN BEZLERİMİZ

EPİFİZ : Epifiz ve hipofiz bezi bedenin metabolizması ile ilgilidir. Bunlar, bedenin diğer kısımlarındaki diğer salgılara neden olan salgı hormonlarıdır.

HİPOFİZ : (Hipotalamus) Hipofiz bezi estrogen, progesteron ve testosteron yaratmak için hormon salgılayabilir ve ayrıca tiroidi, kemikleri, adrenalleri, annelerde süt üretimini ve su tutulmasını ayarlar.

TİROİD : Tiroid dokularımızdaki oksijen tüketimini artırır ve metabolik aktiviteyi ateşler ve sürdürür.

TİMUS : Timüs lenfatik sistemin bir parçasıdır. Bazı tümör hücrelerinin proteinine saldıran "T" lenfositlerini üretebilir. Biz yaşlandıkça köreler.

ADRENAL BEZLERİ : Adrenal bezlerimiz nişastaları ve yağ asitlerini parçalayan ve metabolizmamızı canlandıran bir hormon salgırlar. Adrenal bezleri gözbebeğinin genişlemesi, kalp atışının hızlanması, sinir aktivitesi ve nefes alma ile sonuçlanabilen "savaş veya kaç" yanıtlarından sorumludur.

YUMURTALIKLAR, TESTİSLER : Yumurtalıklar dişi tohum hücreleri (yumurtalar) ve dişi hormonlar, estrogen ve progesteron geliştirir. Testisler sperm ve erkek hormonu testosteron geliştirir.

Biriktirilmiş Duyguların Daha Başka Bulundukları Yerler

BAŞ : Beden için bilgisayar merkezinin olduğu yer. Yaşamlarımızda sürüp giden her şeyi yerleştiririz. Denge tutmak için tedavi etmek önemlidir, böylece yaşamlarımızı fiziksel, duygusal, zihinsel ve spiritüel seviyelerde düzene sokarız. Baş ağrıları çoğu zaman dengesizliklere neden olan alıkoyduğumuz (içimizde tuttuğumuz) hislerdir , neden işlerin bizim istediğimiz gibi gitmediğini anlamaya çalışırken oluşur, bunlara gözyaşları, öfke, inkar, çok fazla analiz etme katılır.

GÖZLER : İçsel görüş, hissetme ve işitme ile ilgilidir. (Üçüncü göz veya psişik merkez gelişimi) Başkaları tarafından görülmeme, başkalarının istediği şeyi görmeme, tam burnumuzun önündeki şeyi görmeyi istememe (uzağı görme) veya orada dışarıda ne

olduğunu görmeyi istememe (yakını görme). Biriktirilmiş gözyaşlarının tutulduğu sinüs kanallarına bağlıdır. Ayrıca kadınlarda yumurtalık ve rahime, erkeklerde prostat bezine ve testislere direkt bağlıdır.

KULAKLAR : Başkalarını işitme, başkaları tarafından işitilme, duymadığımız veya duymayı istemediğimiz şeyleri bloke etme. Yüksek kan basıncı, denge ve açıklık ile ilgilidir.

BOĞAZ : Konuşmak, kişinin kendisini sözlerle ifade etmesi, boğaz blokajları fikirlerle veya sözcüklerle, düşüncelerle veya inançlarla tıkanmaktan, boğulmaktan ortaya çıkar. Söylenecek şeyi söylememe , çok fazla konuşma, boğazının tıkalı olduğunu hissetme.

BOYUN : Yükü, sorumluluğu taşıyan omuzlar ile ilgili, sert boyunlu görüş noktası, destek ile yapma, düşüncede katılık vs.

BAĞIRSAK BÖLGESİ : Kabızlık/hisleri içinde tutma, genellikle öfke ve korku, ayrıca suçluluk. Kolit/ishal eski hisleri, düşünceleri ve fikirleri etkin olarak onlarla uğraşmadan bırakmak.

YUMURTALIKLAR/RAHİM : Erkeklerle karşı öfkeyi depolar, doğumla ilgili konuları, kürtaj, düşük, tecavüz, ensest, suistimal, cinsellik ile ilgili korku/suçluluk/öfke.

MESANE : Öfke/kovulmuşluk. Cinsellik ile ilgili korku/suçluluk ile ilgilidir.

PROSTAT : Cinsel suçluluk, kadınlara karşı öfke, güçsüzlük, çaresizlik, doğum ile ilgili sorunlar, ensest, cinsel suistimal.

KALÇALAR : Destek sistemi, çoğu zaman yağ engeli yaratabilen öfke/korkuyu barındırır. Çok incinir olma/korunmasızlık incelikle kendini gösterir.

DİZLER : Düşüncede esneklik, destek (sol diz içsel duygusal destek, sağ diz dışsal destek, örneğin iş, para, arkadaşlar vs). Anneden destek sol taraf, babadan destek sağ taraf.

BİLEKLER : Anlayış, düşünme ile ilgili, analiz etme ve neden sözcüğü.

AYAKLAR : Dayandığımız, dayanamadığımız şeyler, kendimiz veya başkaları için dayanma, standartlar kurma. Ayaklar, bedenin tüm bölümlerinin noktalarını içerirler. Ayrıca yaşamda topraklanmamızı temsil ederler.

OMUZLAR : Sağ – aile, iş, dünya, diğerleri vs için taşınan yükler ve sorumluluklar. Sol – kendi yaşamlarımız için içsel duygusal yükler/sorumluluklar, spiritüel/duygusal/zihinsel büyüme. Suçluluk.

ÜST SIRT : Sağ – birikmiş öfke, çok fazla verme, sinirlilik/dargınlık gibi küçük öfkeler, biraz kızmış olmak, alma/verme ile dengesiz olma ile kendini savunma. Sol – birikmiş üzüntü, elem, hüznün, kayıp, suçluluk. Çoğunlukla çok fazla almayı, yeterince vermemeyi temsil eder.

ALT SIRT : Öfkenin birikmesi, hislerin tutulması, cinsel stres, karşı cinse karşı engel, cinsel suistimal.

KUYRUK SOKUMU : Yaşamda kalma ile başa çıkma, kundalini aktivasyonu, başarı korkusu, canlılık korkusu, eylem korkusu.

GÜMÜŞ MOR ALEV

BEN Germaine'im, Mor Alevin Koruyucusu veya Gümüş Mor Alevin ilave edilmiş boyutu ile Mor Alev. Çünkü, zamanlar değişirken ve titreşimler hızlanırken, sizin daha önceden kullandıklarınıza yardımcı olması için diğer renkleri eklemek zorundayız.

Daha yüksek titreşimler farklı zamanlar anlamına gelir, böylece farklı tedaviler ve farklı yöntemler zorunlu olur. Bu nedenle, Gümüş Mor Alev. Bununla yapabileceğiniz bir çok şey var. Yapabileceğiniz şeylerden biri, tüm negatif duygularınızı ve hislerinizi yakıp kül etmek için onu çağırmaktır. Bu şekilde sizi kötüleştiren her şeyi Gümüş Mor Aleve gönderin. Böylece, düşüncelerinizin Mesih Enerjisinin fiziksel bedeninize akışını kesintiye uğratan düşüncelere, gitmesini istemediğiniz yöne gittiğini gördüğünüzde, sadece onları Gümüş Mor Aleve havale edin.

Ayrıca kullanabileceğiniz Mantralar var. Şüphesiz, bu, Mor Alev Mantralarına biraz Gümüş eklemek zorunda olduğunuz anlamına gelir, çoğu kişinin kullanılmasını çok faydalı veya kolay bulduğu mantralar:

BEN Gümüş Mor Alevin bir Varlığıyım. BEN Tanrı'nın arzuladığı saflığı. Şimdi, bu Mantrayı size günlük yaşamınızda kullanmanız için vermemin bir çok nedeni var. Nedenlerden biri, bunun bir Temizleme etkisi olmasıdır. Gümüş Mor Alev Mantralarının Spiritüel antiseptikler olduğunu söyleyebilirsiniz. Bilinçliliğinizi, zihninizi, fiziksel bedenlerinizi bu spiritüel antiseptik ile doldurabilirsiniz ve TUMU temizlenir. Bu Mantrayı sabahları banyoda söylerseniz, bunun Gümüş Mor Rengi, Gümüş Mor enerjiyi bulunduğunuz yere, oturma odanıza getirdiğini keşfedersiniz ve bu titreşimi yükseltir. Bu mantra söyleme sistemini tesbih çekerek kullanmanızı veya bu Mantraları her gün belli sayıda tekrarlamanızı ve bunu bu şekilde disipline etmenizi önermiyoruz.

Mantrayı söylemeye devam ederseniz, Bu Mantrayı her gün söylerseniz, bu üzerinde düşünülmesi çok değerli bir Mantradır. Bu Mantrayı günlük yaşamlarınızda kullanın, onu günde birkaç düzine kadar söyleyin ve her şeyin Gümüş Mor olmaya başladığını göreceksiniz. Titreşim evinizin duvarlarına, arabanızın metal aksamına, mücevherlerinizin metal kısımlarına, hem fiziksel hem de spiritüel enerji sisteminize girer. Siz gerçekten Gümüş Mor parlamaya başlarsınız !

Öyleyse, birkaç tekrarlama yapabiliriz ve titreşimleri görebiliriz. BEN Gümüş Mor Alevin bir Varlığıyım. BEN Tanrı'nın arzuladığı saflığı, BEN Gümüş Mor Alevin bir Varlığıyım. BEN Tanrı'nın arzuladığı saflığı, BEN Gümüş Mor Alevin bir Varlığıyım. BEN Tanrı'nın arzuladığı saflığı, Bu çok iyidir, çünkü çoğu kişi 'BEN'İM 'i vurgular, çünkü bu Mantranın önemli bölümü BEN'İM dir. Yükseliş işleminin önemli bölümü SİZİN 'BEN'İM' Varlığı olduğunuzu kavramanızdır.

Bu Mantrayı günlük yaşamınızda kullanın. O fazla zaman almaz. Saatler sürmez. Onun bilinçliliğinize akmasına izin verin. Sesinizin onu söylemesine izin verin. Bunu yüksek sesle ve niyet ile söylemek daha iyidir, çünkü onu sadece kendinize söylemek (içinizden) sizin fiziksel bedeninizi, dört beden sisteminizi ve Spiritüel Bedeninizi etkiler, ancak sizi çevreleyen her şeyin üzerinde bir etkisi olmaz. Bundan dolayı yaradılış için ne kadar Hizmet edebileceğinizi düşündüğünüz zaman, sadece Mantralarınızı yüksek sesle söyleyin (çünkü mantranın keskin tarafı Mantranın titreşimidir), böylece etrafınızdaki her şeyi etkilersiniz. Bu durumların içine girdiğiniz zaman bu Gümüş Mor Mantraları kullanın. Bunlar bulunduğunuz yere güzel yüksek titreşimli enerjiler getirmeye yardım eder.

Bir kez daha, bu Mantrayı yüksek sesle kullanmanızı söylüyorum, ayrıca bu Mantra ile meditasyon yapabilirsiniz, bu zihnizi meditasyon içine sokar. Bu Gümüş Mor Alev üzerine meditasyon yapın.

Bu Mantrayı düşünmek için biraz zaman ayırın.Onu bedeninizin ve bilinçliliğinizin içine topraklayın ve onun sevgi dolu Titreşimleri ile kendinizi yıkayın...

Bunu günlük yaşamlarınızda kullanın, istemediğiniz durumları dönüştürmek için kullanın. Siz ayrıca her gittiğiniz yerde, bu Mor Alevi arkanızda bırakabilirsiniz. Alevi aşağıya getirebilir ve onu bir çok yere yerleştirebilirsiniz. Onu şehrinizin sokaklarına yerleştirin. Sadece insanları değil hayvanları, kuşları, her şeyi dönüştürmek için orada olacaktır.

Bu talimatlarla çalışın. Sizi seviyoruz.

JOHN ARMITAGE tarafından alınmıştır.

Bu Varlıklar Kimdir ?

JOHN ARMITAGE (Hari Babba Melchizedek-
Daha önceden Hari Das veya Dr. Das)

Ben Sevgiyim, Ben Işığım, Ben Mahatma'yım, dünyaya Sevgiyi ve Işığı topraklamaya yardım etmeye geldim. Bu misyon beni insanlarla, meleklerle, başmeleklerle, yükselmiş üstatlar ile, galaktik üstatlar ile ve diğer yıldız sistemlerinden ve çok – boyutlu realitelerden bir çok başka varlıklarla bir keşif yolculuğuna götürdü. Bu güzel gezegen üzerinde, tanrıça Gaia'da çok fazla yaşamlarım yok ; bu benim 123 ncü yaşamım. İlk kez Lemurya zamanlarından önce buradaydım, sonra Lemurya zamanında – nasıl bir zamana sahiptik, kristalin şekillerin mavikopyalarını realiteye dönüştürmek için meditasyon yapardık – kuvars, pembe kuvars, akuamarin, turmalin, ametist 3 ncü boyuta topraklamaya yardım ettiğim birkaç kristal idi. Ayrıca dünyanın enerji ızgarasını kurmaya ve dünyanın koruyucu kristallerini yerleştirmeye ve programlamaya yardım ettim. Ayrıca, Atlantis zamanlarında da burada idim. Onlar ilginç günlerdi şimdi olduğu gibi – bir çok insan Sevgiye & Işığa, kristallere ve doğal ilaçlara yöneliyordu ; ve bir çoğu da savaşın, korkunun ve baskının enerjisine yöneliyordu. Ondan sonra, Hindistan'da, Tibet'te, Burma'da ve Nepal'de bir çok yaşamlar. Agra'da Şah Cihan ile, Assissi'de Francis ile, Keşmir'de Kuthumi ile, Tibet'te Djwhal Khul ile, New Mexico'da Wotanna ile ve Filistin'de Sananda (İsa) ile birlikleymdim. Çoğumuz dünyaya ve insanlarına sevgi getirmek için bir çok yaşamlar boyu çalıştık.

Zaman ŞİMDİDİR ! Eğer dünya üzerinde Vahiylarin yaşandığını görmek istiyorsanız, sadece Sevgiyi görmezden gelin. Eğer bütünlüğe gelmek istiyorsanız, Sevgi olun. Hala kristaller ile ve dünyanın ızgarası ile çalışıyorum. Shamballa Çok Boyutlu Şifa (Shamballa = Sevgide Güçlenme), Mahatma enerjisi, üstatlar, Mesih – Bilinçliliği ızgaraları, dünya ve onun insanları. Çok büyük değişimler gerçekleşmekte. Lütuf ve zerafet ile SEVGİ olabiliriz – neden beklemeli ? Bunu şimdi yapın. Şimdi dünyanın ızgaralarının aktivasyonunun bir sonraki aşamasında çalışıyorum. Şüphesiz, bunu tek başıma yapmıyorum ! Bir çok insan plandaki kendi bölümlerini oynamakta, çoğu zaman Mahatma'nın yeni enerjilerinin akması için yollar açmak için ve böylece herkesin özgürlüğe yolculuğunu hızlandırmak için dünya – çapındaki bir planın parçası olduklarını bilmeden. İyi çalışmalara devam edin. Kutsanın.

GERMAIN / Merlin

Yükselmiş Üstat Germain (daha önceden St. Germain olarak bilinir), onu dönüştürücü Gümüş – Mor Alevin üstadı yapan Yedinci Işının Chohan'ı (Gizemin & Sihrin Işını) olarak

hizmet etmektedir. Germain bu pozisyonu, Quan Yin Karmik Kurulun başkanı olduğu zaman ondan aldı. Germain'in şu andaki en büyük işi Yeni Çağı Dünya'ya topraklamaktır. Hari Das'ın son günlerde söylediği gibi, "Germain şimdi tüm şovdan sorumlu !" [Dünya üzerindeki yükseliş anlamına geliyor]

Germain'in bir çok ünlü geçmiş yaşamlara sahip olduğu söylenir, İsa'nın annesi Meryem'in kocası Yusuf ; Columbus (Kolomb ; bir walk – in olarak) ; Francis Bacon (William Shakespeare adı ile yazan) , **Merlin** (Kral Arthur'un öğretmeni) ; ve kahin Samuel. Kont Saint Germain olarak yaşadığı yaşamında yükseldi ; o zamanlar 350 yıldan fazla yaşadı. Bunu yapmak için, ölümünü sahneye koydu ve sonra yeni bir kimlikle döndü. Onun gerçek ismi Francis Tudor idi (Kraliçe I nci Elizabeth'in oğlu). Francis Bacon kimliği altında İngiltere'de Gülhaç ve Freemasonluğu kurdu. Freemasonluğun prensipleri Germain'in niyet ettiği gibi Birleşik Devletlerin kuruluşunda yardımcı oldu. Himalayalarda El Morya, Kuthumi, Djwhal Khul ve diğerleri ile 85 yıl geçirdi, son olarak Godfre Ray King vasıtası ile 'I AM (BEN'İM) söylevlerine' kanallık etmek için yeniden ortaya çıktı. O şimdi John Armitage (Hari Das Melchizedek) vasıtası ile tüm Shamballa Çok Boyutlu Şifa sistemini yeniden aktive etmektedir. Germain son zamanlarda isminden "Saint"i (Aziz) attı, çünkü o "Hiç kimse bir azizi dinlemez !" diyor.

Yukarıdaki bilginin çoğu Joshua David Stone'un, 'Yükselmiş Üstatlar Yolu Aydınlatıyor' kitabından alınmıştır.

DJWHAL KHUL

Djwhal Khul dünyadaki son yaşamını, yüzyılın değiştiği zamanda bir Tibet keşişi olarak geçirdi ; ondan çoğu zaman "Tibetli" olarak bahsedilir. O, son zamanlarda İkinci Işının Chohan'ı yapıldı, onun görevi gezegen üzerinde spiritüel eğitim ile ilgilenmektir. Daha önce Kuthumi bu pozisyonda idi, ancak Kuthumi son zamanlarda Lord Maitreya'nın yanında çıraklığa başladı ve sonunda Gezegensel Mesih pozisyonunu alacak. Alice Bailey spiritüel bilgileri Djwhal Khul'dan kanal olarak aldı. O ayrıca 'Yükselişe Giriş' kitabının çoğuna kanallık yaptı, Tibet Foundation'dan Janet McClure vasıtası ile (kalan bilgiler Vywamus'tandır). O, öğretmeyi çok seven olağanüstü, sevgi dolu bir varlıktır ve eğer siz yükseliş yolunda iseniz, bir noktada onunla çalışmaya mecbursunuz. Bazı geçmiş yaşamları : Konfüçyüs, Üç Bilge Adamdan biri (Caspar) ve Pisagor'un bir çırağı.

METATRON

Başmelek Metatron taç çakradan sorumlu/görevli ; taç çakrayı sonsuzluğa genişletmek için meditasyon sırasında Metatron'u çağırın. Onun Kaynağa "en yakın" Başmelek olduğu söylenir ve Yaradılış ve Yükselişe çok katılmaktadır. O, "Ben sizin göremediğiniz bir frekanstaki Işıktan sorumlu varlığım. Benim enerjim elektronun ve mikrotronun kaynağıdır. Mikrotron şimdi evreninize gönderilen bir enerjidir ; mikrotron enerjiyi spiritüelleştirir. O insanların ve etrafınızdaki formların ışıklandırılmasından sorumludur. Bu 'aydınlatma' işlemi sizi Işığa dönüştürmektir, Işık Sevgidir ve Sevgi Tanrı'dır ve Tanrı her şeydir. Sadece bu enerjinin sizinle çalışmasına ve siz Işık olana dek sizden akmasına izin verin" diyor.

QUAN YIN

Quan Yin Yükselmiş bir Üstattır. Lord Gautama (Buddha) onun öğretmeni idi. Quan Yin'in yükselişinden sonra Dünya'da 1000 yıl yaşadığı söylenir. O Merhametin ve Şefkatin Çinli tanrıçası olarak bilinir. O, Meryem'in Hristiyanlık için yaptığı gibi, Budist dünya için İlahi Anne'nin enerjisini taşır. Diğer planlarda, Quan Yin 1954'e kadar Yedinci Işının Chohan'ı idi, Germain onun pozisyonunu aldığı anda o Karmik Kurula geçti. O şimdi Karmik Kurulun Başkanıdır. Onun ismi "Dünyanın Çıgıllıklarını Duyan" anlamına gelir. Onun sembolü Lotustur.

KUTHUMI

Kuthumi son zamanlara dek İkinci Işının Chohan'ı idi. Şimdiki Gezegensel Mesih (*bazan Gezegensel Logos deniyor*) olan Lord Maitreya kozmik tekamüsel merdivende yükselirken, Kuthumi şimdi Gezegensel Mesih olmaya hazırlanıyor. Kuthumi'nin bazı geçmiş yaşamları : Pisagor, Aziz Francis, Tac Mahal'in mimarı, Aziz John (İsa'nın havarisi), Üç Bilge Adamdan biri (Melchior) ve Jon Peniel (şimdi enkarne).

MAITREYA

Filistin papazlığında (vekillik) iken İsa'yı ışıklandıran varlık, Maitreya o zaman yükseldi. O Gezegensel Mesih olarak tanındı ve o şimdi Maitreya Buddha oldu, çok yüksek bir seviyedeki varlık.

MELCHIZEDEK

BEN MELCHIZEDEK'im, bu kişinin [John Armitage/Hari Babba] BEN'İM Varlığı. Hoşgeldiniz, sizinle bütünlüğe gelme konusunda konuşmaya geldim. Sizinle Melchizedek konusu üzerine konuşmak için buradayım. Melchizedek kimdir ? Melchizedek nedir ? Melchizedek Düzeni nedir ?

Her şeyden önce, Melchizedek kimdir ? BEN Melchizedek'im, Galaktik Logos. Göz kulak olmak, inisiye etmek, bilinçliliğin genişleme hareketine getirmek ve tüm yaradılışın bütünlüğüne ilerlemek için Anne/Baba Kaynak tarafından yaratılmış olan bir varlığım. Tüm yaradılış dediğimde, ister insan olsun ister sürüngen, ya da devalar, melekler, dağlar, denizler, gezegenler, hayvanlar, böcekler, tüm varlıkları ima ediyorum. Şimdiye dek, her evrendeki, her gezegendeki tüm yaşamdan söz ettiğimi anlamış olmalısınız. Benim görevim yapıyı uzaklaştırmak, sınırları kaldırmak ve bilinçliliği hapsolmuş tutan koşullandırma sistemlerini parçalamak ve akımlar tesis etmektir. Bilinçliliğin bu hapsolması ve düşünce kalıplarının tutulması sınırlayıcı bilinçliliğin, sınırlayıcı deneyimin, sınırlayıcı büyümenin, ilerlemenin sonucudur. Ben, Melchizedek bu sınırlamaları yıkmak, sınırlı felsefeleri parçalamak, felsefelerdeki kontrolü yıkmak ve onları varlıkların bütünlüklerine ve görkemliliklerine genişlemelerine, Sevgide durabilmeleri için genişlemelerine, Sevgi olabilmeleri için genişlemelerine izin veren bilgi ile yer değiştirmek için çalışıyorum.

Çoğu kimse Melchizedek Düzenini bilmek istiyor, çoğu kimse "Ben Melchizedek Düzeninden miyim ? Melchizedekler ile ilişkili miyim ?" diye soruyor. Bu zamanda, bu Dünya gezegeni üzerinde enkarne olan çoğu kişi Melchizedek'in Alfa ve Omega Düzeninin üyeleridir. Şimdi bu gezegen üzerinde mevcut, bilginin tüm seviyelerinden ve inisiyasyonun tüm aşramlarından veya seviyelerinden rahipler ve rahibeler vardır. Çoğu kimse hala kim olduklarından veya ne olduklarından ya da bu Dünyaya hangi amaçla geldiklerinden emin değil. Gelmenizin nedeni değişimi kolaylaştırmak, sosyal düzenleri yıkmak, hükümetlerin kontrolünü ve para sistemini, bankerleri, silah satıcılarını, gıda stokçularını ve korkunun ve kontrolün seyyar satıcılarını yıkmaktır. Bu nasıl yapılır ? Melchizedek Düzeni hedeflerine şiddet ile erişen bir düzen değildir. Amaçlarını savaş vasıtası ile gerçekleştiren bir organizasyon veya rahiplik değildir. Hedeflerini Sevgi ile gerçekleştiren bir düzendir. Sevginin bütünleştirilmesi ile, Sevgi olma vasıtası ile ve örneklerle öğretmek. Melchizedek'in Alfa ve Omega Düzeninin bir üyesi olarak siz Sevgiye ilerlediğinizde, diğerleri "Neden bu varlık bu kadar sevgi dolu ? Neden bu varlık bu kadar açık ? Neden bu varlık bu kadar sevinçli ?" diye soracaktır. Bilen kişiler için açıktır ki, onlar sevinçlidirler, çünkü onlar saf Sevgi olmuşlardır. Ve bu Sevgi vasıtası ile gezegeniniz üzerindeki bilinçliliğin genişlemesini engelleyen tüm bu sınırlamaları yıkmak mümkündür. Şimdi, uyanmanız ve bilinçliliğin bu devriminin parçası olmak için şimdi burada bedenlendiğinizi kavramanız için tüm Melchizedek'in Alfa ve Omega Düzenine boru çalışıyorum. İnsan ırkının sevgiye ve bütünlüğe istisnasız ilerleyebilmesi için bilinçliliğin engellerini ve sınırlamalarını yıkmak için. Melchizedek'in Alfa ve Omega

Düzenine, Sevginin devrimcilerine, Işığın devrimcilerine, Dünya gezegeninin ve onun çevresinin ışıklarına çekilenler için, inisiyasyon vasıtası ile kolayca rahipliğimin bir üyesi olabileceğinizi söylüyorum. Bu düzene aday olmaya niyetli olanların kavraması gereken bir şey var : Melchizedek Düzenine bir kez inisiye olduğunuzda, artık ondan ayrılmak yok. Bu devamlı bir süreçtir, devamlı bir görevdir ve burada Dünya gezegeni üzerindeki çalışma bittiğinde, bütünlüğe ve özgürlüğe ulaştırılacak hala başka bir çok gezegen olduğunu bilin. Üzerinde ve içinde varlıkların yaşadığı bir çok başka gezegenler de bilinçliliklerindeki ve Sevgiye doğru ilerlemelerindeki kısıtlamalardan/baskılardan ıstırap çekiyor. Bu gezegenler, bu varlıklar bu engellerin ve sınırlamaların yıkılması için ve bütünlüklerini kavramaları için bizim yardımımıza gereksinim duyuyor.

(John Armitage, Hari Das Melchizedek tarafından alınmıştır ; Iskoçya, Mayıs 1997)

ÇAKRALAR İLE İLGİLİ İLAVE BİLGİLER

Aşağıda enerjisel sistemimizin parçası olan yedi çakra ile ilgili bilgi veriliyor ;

İlk Çakra - Kök Çakra - Muladhara

Renk : Kırmızı, siyah

Yer : Omurganın tabanı (kuyruk kemiği)

Gerçeklik : Sahip olmak

Ana Konu : Hayatta kalma

Yönettiği : Fiziksel farkındalık, kuvvet, kalıtım, güvenlik, tutku ve itimat. Aile, para ve iş ile ilişkileriniz. Fiziksel ağrı ve zevk. Fiziksel dünyaya bağlantı. Kundalini enerjisinin merkezi. "Olma" ve "olmayı kabul etme" kavramlarını belirtir. Tekamülün ve kişiliğin inşasının temelidir. Enerji, kendini – ifade, ihtiras ve istikrar gibi yönleri kapsar.

Element : Toprak

Krallık : Mineral

Zodyak ve Gezegenler : Mars, Satürn, Boğa, Akrep ve Oğlak tarafından idare edilir.

His : Koku

Endokrin bezi : Adrenal bezi

Fiziksel : Bedenin otomatik fonksiyonları. Bedenin yoğun katı bölümleri, örneğin kemikler, Omurga kordonu, dişler ve tırnaklar.Bacaklar, kollar, bağırsaklar, rektum (kalın bağırsağın son kısmı), ayaklar, prostat, sinir sistemi ve idrar sistemi.

Besinler : Toprak besinleri, etler ve proteinler ; fasulyeler, kahverengi pirinç, peynir, mısır, çerezler ve buğday.

Yağlar : Ağaçlar ve toprak temelli kokular : Huş ağacı, sandal ağacı, karanfil, gül ağacı, mür, mercanköşk ve fesleğen, sedir, selvi.

Kristaller : Yakut, dumanlı kuartz (kuvars), kantaşı, doğal mıknatıs, hematit, kırmızı yeşim taşı, doğal cam (obsidian), agate ve lal taşı (nar taşı).

Sesli harf : O

Nota : Do

Mantra : Lam ("lahm" diye telaffuz edilir)

Sembolü : 4 – taçyapraklı lotus

Müzik : Davul, toprak tonları ve Hint müziği

Etki : Sakinlik/huzur, gerilimi çözer

Prensip : Fiziksel Var oluş

Dengesiz olduğunda : Doğaya güvenmekte yetersizlik, materyal sahipliğine odaklanma, başkalarının ihtiyaçlarını gözardı ederek kendi bencil isteklerini tatmin etmek. Şişmanlık, hemoroidler, kabızlık, siyatik, iştahsızlık/isteksizlik, diz problemleri ve kemik hastalıkları. Genelde sık sık hastalanma ve korkular. Odaklanmada ve sakinleşmede yetersizlik. Yaşama ilgi duyma eksikliği, küskünlük ve tembellik. Enerji eksikliği, depresyon.

Dengeli olduğunda : Doğa ile mükemmel bağlantı, doğa yasalarına güvenmek, doğanın med cezirini (gel git) derin anlayış. Kök çakra aktif ve merkezlenmiş olmamıza yardım eder. Bu çakra ile çalışmak ayaklara, bacaklara, sırtın alt bölümüne ve omurgaya iyi gelir.

Seçim : Var olmayı seçme

İkinci çakra – Sakral Çakra - Svadhistana

Renk : Portakal, kahverengi

Yer : Kuyruk kemiği ile göbek arasında.

Gerçeklik : Hissetmek (duyum)

Ana Konu : Cinsel enerji ve duygular

Yönettiği : Yaratıcılık, sosyal farkındalık, öfke, duygular, korku, besleme içgüdü, gıda ve seks ile ilgili idrak/duygular, gereksinimler. Başkaları ile ilişkileri ayarlayan hislerin akışı. Hislerin alma ve verme dengesi.

Element : Su (Ayın devreleri bizi bu çakra vasıtası ile etkiler)

Krallık : Bitki

Zodyak ve Gezegenler : Yengeç, terazi, akrep, Ay, Mars, Venüs ve Merkür.

His : Tat

Endokrin bezi : Yumurtalıklar veya testisler. Dalak.

Fiziksel : Kalın bağırsaklar, alt omurlar, pelvik bölgesi, apandisit, böbrekler, cinsel organlar, mesane ve beden sıvıları.

Besinler : Sıvılar, su ve meyve suyu.

Yağlar : Gül, yasemin, ylang – ylang, portakal, küçük tohumlar/hububat ve sandal ağacı.

Kristaller : Mercan, ateş opali ve kırmızı akik, ay taşı, turmalin.

Sesli harf : U

Nota : Re

Mantra : Yam ("yahm" diye telaffuz edilir)

Sembolü : 6 – taçyapraklı lotus

Etki : İsteği canlandırır, gençleştirir.

Prensip : Varlığın Yeniden - Yaratılması

Dengesiz olduğunda : Cinsel ve duygusal konularda şüpheli ve dengesiz. Gerçek hislerini ifade edememe. Doğal düşünceleri bastırma. Tanrı'nın verdiği doğal eğilimler üzerine suçluluk hissetmek. Sertlik, cinsel problemler veya duygusal uyuşukluk. Bu çakra ile çalışarak düşük cinsel tahrik, cinsel suistimal ve aşırı aktif cinsel tahrik problemlerini bulursunuz. Çocuk sahibi olmak ile problemleri olan insanların bu bölgede Reiki şifasına ihtiyaçları vardır.

Dengeli olduğunda : Başkalarını düşünme. Açık, dostça ve nazik kişilik. Hislerini başkaları ile paylaşmada rahatlık. Yaşam ile mutlu bağlantı. Kişinin cinselliği ile güvende olması.

Seçim : Deneyimi seçmek (His)

Üçüncü çakra – Solar plexus - Manipura

Renk : Sarı

Yer : Diyaframdaki solar plexus

Gerçeklik : Davranmak/eyleme geçmek

Ana Konu : Güç ve enerji

Yönettiği : Entelektüel farkındalık, başarılar, irade, ego yansımaları, hayati enerjiler, kontrol ve kendiniz olma özgürlüğü. Burası egonun bulunduğu yerdir. "içgüdü", "hissetme" ve "olma" burada bütünleşir.

Element : Ateş

Krallık : Hayvan

Zodyak ve Gezegenler : Aslan, yay, başak, Güneş, Jüpiter, Mars ve Merkür tarafından yönetilir.

His : Görme

Endokrin bezi : Leyden Bezi

Fiziksel : Mide, pankreas, üst bağırsaklar, safra kesesi, karaciğer, orta omurga, karın, sırtın altı, diğer sindirim organları, sinir sistemi ve diyafram.

Besinler : Kompleks karbonhidratlar, nişastalar ve mısır gibi sarı renkli gıdalar.

Yağlar : Lavanta, biberiye, nane, limon, kekik ve bergamot.

Kristaller : Amber, sitrin (citrine), pirit, altın kaplan – gözü, altın labradorit ve altın topaz.

Sesli harf : AH

Nota : Mi

Mantra : Ram ("rahm" diye telaffuz edilir)

Sembolü : 10 – taçyapraklı lotus

Etki : saldırganlığı yatıştırır, huzur getirir

Prensip : Varoluşun Oluşumu

Dengesiz olduğunda : Doğal akışa güvenmeme. Baskın olma gereksinimi. Materyal güvenlik ve sahip olmaya takıntılı gereksinim. Ülserler, çekingenlik, ürkeklik, yorgunluk ve sindirim rahatsızlıkları. Bu çakra ister iyi ister kötü olsun enerjiyi depolar. Her şeyi bu çakrada tutarız ve acıyı, korkuyu ve stresi bu bölgede depolarız. Doğru olarak

çalıştığımızda, büyüme ve şifa için pozitif enerjiyi depolarız. Bu çakra çalışmıyorsa, kapalı ise veya bloke olmuşsa, hastalık gelip yavaşça bizi tahrip edebilir. Solar plexus, irademizi, geçmişten gelen sorunlarımızı, acımızı ve korkumuzu aynı zamanda başarmak için tutkumuzu kontrol eder.

Dengeli olduğunda : Bütünlük hissi. İçsel huzur. Tolerans ve başkalarını kabul etme. Sezgiye tam olarak güvenme.

Seçim : Gerçekte kim olduğunuzu seçme

Bu ilk üç çakra varlığımızın dünyaya topraklanmasını ve dünyaya ait olmasını temsil eder, bizim zihinsel ve fiziksel çakralarımızdır. Bunlar büyümemiz ve materyal ve fiziksel dünyada hayatta kalmamız için önemlidir. Bunlar dengesiz veya bloke olduğunda, çalışma, yaşama ve bugünün dünyasına uyma problemlerimiz olur. Eğer yaşam, sevgi, çalışma ve sağlık ile başa çıkmakta problemlerinizi olan biri iseniz, bu çakralar ile çalışmak bu bölgelerde faydalı şifa sağlayabilir.

Dördüncü çakra – Kalp Çakrası - Anahata

Renk : Yeşil, pembe

Yer : Kalp, göğsün merkezi

Gerçeklik : Sevmek ve sevilme

Ana Konu : Evrensel, koşulsuz sevgi

Yönettiği : Duygusal ve Güvende olma farkındalığı, varoluşun daha üst ve daha alt planlarını birleştirir. Prana solur, zaman hissi ve ilişkiler. Çakra sistemlerinin merkezi. Estetik ani tesirler hislere çevirilir. Özgürce sevmeye yeteneği – korkusuz veya ben – bilinçliliği olmadan- burada üretilir. Negatif duygular nötralize edilir. Kabul veya tahammül ile iyileşme. Kendine – saygıyı davet eder/hatırlatır ve yükseltme hissi canlanır. "Ruh'a Giriş Kapısı". Bu çakra bedenimizin, zihnimizin ve ruhumuzun hissetme merkezidir. Bu çakra ile mutluluk, üzüntü, haz ve acı hissedersiniz. Kendimiz ve başkaları için sevgimizi, güzelliği takdir etmeyi ve merhametimizi kontrol eder.

Element : Hava

Krallık : İnsan

Zodyak ve Gezegenler : Aslan, yay, Güneş, Venüs ve Satürn tarafından yönetilir.

His : Dokunma

Endokrin bezi : Timus

Fiziksel : Kalp, dolaşım sistemi, kaburga kemikleri, göğüsler, akciğerler, omuzlar, kollar, eller, deri, timus ve diyafram.

Duygusal : Bağışlayıcılık, şefkat, güven, umut, çaresizlik, nefret, haset ve korku.

Besinler : Yeşil meyveler ve sebzeler

Yağlar : Gül, yasemin, sardunya, bergamot, adaçayı,

Kristaller : Pembe kuvars, zümrüt, yeşil yeşim, pembe fluorit, yeşil aventurin, kunzit ve malakit.

Sesli harf : AY (EY okunur)

Nota : Fa

Mantra : Yam ("yahm" diye telaffuz edilir)

Sembolü : 12 – taçyapraklı lotus

Etki : Huzur, anlayış ve koşulsuz sevgi getirir.

Prensip : Kendinin ötesini sevmek

Dengesiz olduğunda : Samimi olmayan veya korkuya – dayalı sevgi. Ödül arama ve/veya sevginin geri dönmeyeceği hisleri barındırmak. Tanrı dahil, başkalarının sunduğu sevgiyi reddetme. Yalnızlık, başkalarını sömürme ve karışık duygular. Fiziksel kütle ve saf enerji arasında bloke olan akış. Kalp problemleri ve bağışıklık sistemi fonksiyon bozuklukları, üzüntü, depresyon. En iyi yetenekleri ifade edememe.

Dengeli olduğunda : Tamamlık ve bütünlük duygusunu sızdırır. Tolerans ve yaşamı ve tüm ilişkileri saf kabul etme. Materyal ve spiritüel dünyalar arasında denge. Her şeye karşı güçlü bir sevgi ve takdir duygusu.

Bu çakra ile çalışmak insanlara duygularını hissetme ve ifade etmeleri için yardım eder ve sevdikleri, arkadaşları ve yakınları ile ilişkilerine yardımcı olur. Kendileri olma problemi olan insanlar bu bölgeye Reiki uygulandığında yarar görürler.

Seçim : Her şeyi koşulsuz olarak sevmeyi seçme

Beşinci çakra – Boğaz Çakrası - Visshuddha

Renk : Açık Mavi

Yer : Boğazın merkezi

Gerçeklik : konuşmak ve işitmek (yaratmak)

Ana Konu : İletişim ve yaratıcı kendini - ifade

Yönettiği : Fikirlerle ait farkındalık. Konuşma, işitme. Duygular kahkaha veya ağlama gibi ifadelerle dönüştürülür. Sanatsal ifade.

Element : Eter (ses)

Krallık : Melek krallığı

Zodyak ve Gezegenler : İkizler, boğa, kova, Mars, Venüs ve Uranüs tarafından yönetilir.

His : İşitme

Endokrin bezi : Tiroit

Fiziksel : Boğaz, nefes borusu, paratiroid, boyun omurları, ağız, çene, ses telleri, dil ve dişler

Duygusal : Bağışlayıcılık, şefkat, güven, umut, çaresizlik, nefret, haset ve korku.

Besinler : Meyveler ve çilek, böğürtlen vs.

Yağlar : Adaçayı, günlük, lavanta, sandal ağacı, okaliptüs.

Kristaller : Angelit, chrysocholla, azurit, alaca akik (chalcedony), larimar, sodalit, turkuaz ve aquamarin.

Sesli harf : İ

Nota : Sol

Mantra : Ham ("hamm" diye telaffuz edilir)

Sembolü : 16 – taçyapraklı lotus

Müzik : Çok sakinleştirici notalar, meditatif veya huzur dolu sesler

Etki : Konuşmaya sese ve iletişime uyum getirir.

Prensip : Varoluşun İfade edilmesi

Dengesiz olduğunda : Çok konuşmaya rağmen, gerçek ifadeyi bulamama. Korku veya sessizlik. Kişi kendi fikirlerini söylemekten korkar. Yargılanma veya reddedilme korkusu. Kişinin gerçek benliğini ifade edememesi. Hassas boğaz, katı ense, zayıf iletişim. Sağlam/kesin duramama ve "hayır" diyememe.

Dengeli olduğunda : Konuşmanın, ifade etmenin ve sessizliğin dengesini anlayış ve biliş. "İçsel sesi" nasıl dinleyeceğini bilme. Sezgiye güven. Korkusuz veya sert sözler olmadan özgürce ve açık şekilde ifade ediş.

Bu çakra bizi konuşmaya, iletişime ve artistik ve yaratıcı isteklerimizi ifade etmeye açar. Boğaz ağrısı ve iletişim problemleri olan insanların bu bölgede çalışmaya ihtiyaçları olabilir.

Seçim : Kendi gerçek benliğinizi ifade etmeyi seçme.

Altıncı çakra – Üçüncü Göz - Ajna

Renk : İndigo, mor, menekşe

Yer : Kaşların arası

Gerçeklik : Görmek

Ana Konu : Sezgi ve algı

Yönettiği : Sezgisel Farkındalık. Düşünce, içsel ve dışsal görüş, vizyonlar ve rüyalar. Yaradılış'ın fiziksel olanın ötesindeki parçasına bağlanma. Spiritüel konuları "bilme". Psişik gücün merkezi. Bu çakra hislerimiz, duygularımız, görüşümüz ve psişik yeteneklerimiz ile ilgilidir. Ayrıca bu çakra ile düşünür ve kararlar veririz. Ancak, en önemlisi bu çakranın bizi dünyasal planın ötesinde olan spiritüel ve daha yüksek seviyelere bağlamasıdır. Üçüncü göz zihnimizi, kulaklarımızı, bilinçaltımızı, rüya durumumuzu ve hafızamızı ve öğrenme kapasitemizi kontrol eder. Ayrıca örneğin duru görü, telepati ve aura hissetme gibi psişik hislere açıklığımızı kontrol eder.

Element : Spiritüel vizyon (Işık)

Krallık : Başmelekler

Zodyak ve Gezegenler : Yay, kova, balık, Merkür, Venüs ve Uranüs tarafından yönetilir.

His : Telepati

Endokrin bezi : Hipofiz bezi

Fiziksel : Beyin, yüz, nörolojik sistem, gözler, kulaklar, sinüsler ve burun.

Besinler : Vitamin B, gevşetici çaylar gibi ruh halini değiştiren şeyler

Yağlar : Nane, fesleğen, sedir ağacı, adaçayı, paçuli, biberiye ve yasemin.

Kristaller : Azurit, sodalit, mavi aventurin, inci, lapis lazuli, sugilit, kyanit, opal, fluorit ve mavi safir.

Sesli harf : MMM

Nota : La

Mantra : Ksham ("şam" diye telaffuz edilir)

Sembolü : 96 – taçyapraklı lotus

Etki : Anlayış, uyum

Prensip : Varoluşun Bilinmesi

Dengesiz olduğunda : Metafizik veçheler olmadan zekaya ve bilime odaklanma. Sadece görünür ve ortada olan şeyleri görme. Sezgiden korkma. Spiritüel kavramları reddetme veya korkma. Başağrıları, kabuslar ve halüsinasyonlar. Stres, uyku eksikliği, hafıza kaybı. Ayrıca zihinsel problemler ve zihinsel hastalıklar bu çakra ile ilgilidir.

Dengeli olduğunda : Spiritüel farkındalık. Günlük yaşama sezgiyi ve içsel farkındalığı çağırma. Evrenle bağlantı kurma.

Seçim : Gerçeği bilmeyi seçme.

Yedinci çakra – Taç Çakra - Sahashrara

Renk : Beyaz, altın, gümüş

Yer : Başın tepesi

Gerçeklik : Bilmek

Ana Konu : Ruhu anlayış

Yönettiği : İmgesel Farkındalık. Evren ve Tanrı – bilinçliliği ile bağlantı, spiritüel, gerçeğin içine çekme ve bilme. Kozmik enerjiler ile saf ruh ile karşılaşma. Tüm Var Olan ile bağlantı. Rüyalar ve vizyonlar, umutlar ve gerçekleştirmeler bu çakra ile gerçekleşir. İnançlar bu çakra altında gelir. Eğer gerçekten yaşamınızdaki hedeflere adanmışsanız bu çakra önemlidir.

Element : Kaynak

Krallık : Kozmik Krallık

Zodyak ve Gezegenler : Oğlak, balık, Neptün ve Satürn tarafından yönetilir.

His : Birlik

Endokrin bezi : Epifiz bezi

Fiziksel : Beyincik, beyin ve sinir sistemi

Duygusal : Fedakarlık/dindarlık, ilham ve kehaneti düşünceler üreten her şeydeki evrensel enerji

Besinler : Yok (oruç tutma)

Yağlar : Lavanta, gül ağacı, meşe yosunu, günlük ve lotus.

Kristaller : Sugilit, ametist, akik, berrak kuvars, topaz, safir, aleksandrit.

Sesli harf : Ngngng

Mantra : Aum ("om" diye telaffuz edilir)

Sembolü : 1000 – taçyapraklı lotus

Etki : Kozmik veçheler, ben – sınırlılıklarını yenme

Prensip : Saf Varoluş

Dengesiz olduğunda : Endişe ve korkuyu bırakamama. Kozmik birliği imgeleyememe veya gözünde canlandıramama. Depresyon ve doyum eksikliği. En Üstün Ruh'un varolduğuna inanmama. Ruhlardan ve spiritüel olan her şeyden korkma. Şaşkınlık, duygusuzluk, ilgisizlik, aşırı entellektüellik ve ciddi başağrıları. Bloke olduğunda veya kapalı olduğunda ırkçı olabilirsiniz ve insanları ve dinleri yargılayabilirsiniz. Ayrıca artistik yetenekleriniz olmayabilir ve materyal dünyaya çok fazla tutulmuş olabilirsiniz.

Dengeli olduğunda : Birlik bilgisi ile yaşama. Ben'in İlahi olanı yansıttığını bilme. Evrensel İyilik için Egonun terkedilmesi. Tanrı ile huzur içinde olmak. Tüm Var Olan ile bağlantılı hissetmek. Evren ile Bir olmak.

Burası rüyalarımızın ve hedeflerimizin tohumunun atıldığı yerdir ve rüyalarımız dikkatli beslenerek bir realite olabilir. Bu çakrada çalışmak sizi olağanüstü ve imgesel dünyanın heyecanına açar. Artistik ve yaratıcı olabilirsiniz, etrafınızdaki her şeye açık olup onları sevebilirsiniz. Daha yüksek bir amacın olduğuna inanırsınız ve ileriye doğru gidip mümkün olan her şeyi keşfetmekten korkmazsınız.

Seçim : Bütün, tamam olmayı seçme

ÇAKRA	ORGANLAR	ZİHİNSEL, DUYGUSAL KONULAR	FİZİKSEL BOZUKLUKLAR
1	Fiziksel beden desteği Kuyruk sokumu Bacaklar, kemikler Ayaklar Makat (rektum) Bağışıklık sistemi	Aile ve grup güvenliliği ve güvenlik duygusu Yaşamın gereklerini karşılayabilme Kendi hakkını koruma Kendini evinde (ait) hissetme Sosyal ve ailevi kurallar ve düzen	Kronik bel ağrısı Siyatik Varis Rektum tümörleri/ kanseri Depresyon Bağışıklığa bağlı hastalıklar
2	Cinsel organlar Kalın bağırsak Omurilik alt kısmı Leğen kemiği Apandis Sidik torbası (mesane) Kalça bölgesi	Suçlama ve suçluluk duygusu Para ve seks Güç ve kontrol Yaratıcılık İlişkilerde ahlak ve onur	Kronik bel ağrısı Siyatik Kadın doğum hastalıkları Leğen kemiği, bel ağrıları Cinsel güç İdrar yolu sorunları
3	Karın boşluğu Mide İnce bağırsak Karaciğer, safra kesesi Böbrek, pankreas Adrenal bezleri Dalak Belkemiği (orta kısım)	Güven Korku ve çekinme Özgüven, özdeğer, özsaygı Kendine ve başkalarına bakmak Karar verme sorumluluğu Eleştiriye hassasiyet Kişisel onur	Artrit (mafsallı iltihabı) Gastrit ve on iki parmak ülseri Kolon/bağırsak problemleri Pankreas iltihabı/Şeker Kronik veya akut hazımsızlık Anoreksia veya bulimia (yemek yeme bozukluğu) Karaciğer bozukluğu Sarılık Adrenal bozukluğu
4	Kalp ve dolaşım sistemi Akciğerler Omuzlar ve kollar Kaburgalar, göğüsler Diyafram Timüs bezi	Sevgi ve nefret Pişmanlık ve gücenme Acı ve kızgınlık Ben – merkezcilik Yalnızlık ve bağlılık Bağışlama ve güven	Tıkanıklığa bağlı kalp yetmezliği Kalp krizi Mitral damar tıkanması Kalp büyümesi Astım/alerji Akciğer kanseri Bronşit, zatürre Sırt, omuz Göğüs kanseri

ÇAKRA	ORGANLAR	ZİHİNSEL, DUYGUSAL KONULAR	FİZİKSEL BOZUKLUKLAR
5	Boğaz Tiroit Nefes borusu Omurilik başı (boyun kısmı) Ağız Dişler ve diş etleri Yemek borusu Paratiroit Beyincik	Seçenek ve irade gücü Kişiliğin ifadesi Düşleri izlemek Kişisel gücün yaratmak için kullanılması Bağımlılık Yargılama ve eleştiri İnanç ve bilgi Karar verme kapasitesi	Gıcık Kronik boğaz ağrısı Ağız yaraları Çiğneme güçlükleri Skolyos (belkemiği eğriliği) Larenjit Bezlerin şişmesi Tiroit sorunları
6	Beyin Sinir sistemi Gözler, kulaklar Burun Soğancık bezi (pineal) Hipofiz bezi	Kendi kendini değerlendirme Entelektüel yetenekler Yeterlik duygusu Başkalarının fikrine açık olmak Deneyim ile öğrenme yeteneği Duygusal zeka	Beyin tümörü/felç İç kanama Nörolojik rahatsızlıklar Körlük/sağırılık Belkemiği sorunları Öğrenme zorluğu Nöbetler
7	Kas sistemi İskelet sistemi Cilt	Hayata güvenme yeteneği Değerler, ahlak ve cesaret İnsancılık Benliksizlik Büyük planı görebilmek İnanç ve esinlenme Ruhsallık (spiritüalite) ve bağlılık	Enerji bozuklukları Mistik depresyon Fiziksel hastalığa bağlı olmayan kronik bitkinlik Işığa, sese ve diğer çevresel faktörlere aşırı duyarlılık

KAYNAK : Ruhun Anatomisi ; Caroline Myss – ÖTESİ Yayınları

TAVSİYE EDİLEN KİTAPLAR

- 1) Işığın Elleri – Barbara Ann Brennan ; META Yayınları
- 2) Işığın Doğuşu – Barbara Ann Brennan ; META Yayınları
- 3) Ruhun Anatomisi – Caroline Myss ; ÖTESİ Yayınları
- 4) Enerjilerle Pratik Şifa – Donna Eden ; Kozmik Kitaplar
- 5) Şakralar ve Enerji Alanları – Dr. Şefika Karagülle & Dora Van Gelder
KUNZ ; EGE META Yayınları
- 6) Enerji Beden Hekimliği – Janine Fontaine ; Ruh ve Madde Yayınları
- 7) Tüm Hastalıkların Zihinsel Nedenleri – Louise L. Hay ; AKAŞA Yayınları
- 8) Ruhsal Şifacı Olmak – Amy Wallace & Bill Henkin ; Ruh ve Madde
Yayınları
- 9) Ruhsal Şifa Teknikleri – Keith Sherwood ; AKAŞA Yayınları
- 10) Düşünce Gücüyle Tedavi – Louise Hay ; ALTIN KİTAPLAR
- 11) Düşüncenin İyileştirici Gücü – Dr. Gerald Epstein ; EGE META
YAYINLARI